E-mail:-adhuniksamachar2014@gmail.com
website:www.adhuniksamachar.com

आधुनिक समाचार

आधुनिक भारत का आधुनिक नजरिया

प्रयागराज से प्रकाशित हिन्दी दैनिक

वर्ष -12 अंक - 109 | प्रयागराज, मंगलवार 07 जुलाई, 2026 | पृष्ठ- 8 | मूल्य : 3.00 रूपये

ईरानी पूर्व सुप्रीम लीडर खामेनेई की अंतिम यात्रा 10 घंटे और 10किमी का जुलूस, विदाई देने सड़कों पर उतरे लाखों लोग

तेहरान। ईरान के पूर्व सुप्रीम लीडर अयातुल्ला अली खामेनेई

की अंतिम यात्रा सोमवार सुबह तेहरान में शुरू हुई। अंतिम यात्रा में शामिल होने के लिए सुबह से ही लाखों लोग सड़कों पर जुट रहें। खामेनेई का पार्थिव शरीर ग्रैंड मोसल्ला से अंतिम यात्रा के लिए रवाना किया गया। यह यात्रा करीब 10 किलोमीटर लंबे रूट से होकर गुज़रा और इसके 10 से 12 घंटे तक लगें। अंतिम यात्रा के बाद खामेनेई के पार्थिव शरीर को आगे की धार्मिक रस्मों के लिए कोम ले जाया जाएगा। पूरे मार्ग पर सुरक्षा के कड़े इंतजाम किए गए हैं और बड़ी संख्या में सरकारी अधिकारी, धार्मिक नेता और सेना के वरिष्ठ अधिकारी भी यात्रा में शामिल हैं।खामेनेई के अंतिम संस्कार में लाल झंडों का क्या मतलब है? खामेनेई के अंतिम संस्कार में हजारों लोगों के हाथों में लाल झंडे दिखाई दे रहे हैं। इन पर 'या लथारत अल-हुसैन' और 'या लथारत अल-खामेनेई' जैसे

नारे लिखे हैं। ये झंडे सिर्फ शोक का नहीं, बल्कि बदले और प्रतिरोध का संदेश भी माने जाते हैं। 1. लाल झंडे का क्या मतलब है? शिया परंपरा में लाल झंडा किसी शहीद के खून का बदला लेने के संकल्प का प्रतीक माना जाता है। यह संदेश देता है कि शहीद के साथ हुए अन्याय का हिसाब अभी बाकी है। 2. 'या लथारत अल-हुसैन' का क्या अर्थ है? इसका अर्थ है- 'हे हुसैन के खून का बदला लेने वालों'। यह नारा 680 ईस्वी में करबला में इमाम हुसैन की शहादत से जुड़ा है। शिया समुदाय इसे अन्याय के खिलाफ संघर्ष और न्याय की मांग का प्रतीक मानता है।3. 'या लथारत अल-खामेनेई' पहली बार क्यों सुनाई दिया? खामेनेई की हत्या के बाद पहली बार उनके नाम के साथ यह नारा इस्तेमाल किया गया। इसका संदेश है कि समर्थक उनकी मौत का बदला लेने की बात कर रहे हैं और उनकी विचारधारा को आगे बढ़ाने का संकल्प जता रहे हैं। 4. क्या लाल झंडा सिर्फ धार्मिक प्रतीक है? नहीं। ईरान में लाल झंडा धार्मिक होने के साथ-साथ राजनीतिक संदेश भी देता है। जब भी किसी बड़े नेता या सैन्य कमांडर की हत्या होती है, ऐसे झंडे प्रतिशोध और प्रतिरोध के प्रतीक के रूप में दिखाई देते हैं।इजराइली प्रधानमंत्री बेंजामिन नेतन्याहू ने कहा कि अमेरिका ही नहीं, भारत भी इजराइल का मजबूत दोस्त है। उन्होंने अमेरिकी उपराष्ट्रपति जेडी वेंस के उस बयान पर प्रतिक्रिया दी, जिसमें वेंस ने अमेरिका को इजराइल का एकमात्र ताकतवर सहयोगी बताया था। फॉक्स न्यूज को दिए इंटरव्यू में नेतन्याहू ने कहा, 'हमारे कुछ और दोस्त भी हैं, जैसे भारत। 140 करोड़ आबादी वाले इस देश से हमें जबरदस्त समर्थन मिलता है।' उन्होंने कहा कि भारत ही नहीं, कई अन्य देशों के नेता भी निजी तौर पर इजराइल का समर्थन करते हैं और रक्षा, साइबर सुरक्षा व एआई जैसे क्षेत्रों में सहयोग चाहते हैं। साथ ही उन्होंने राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प को व्हाइट हाउस में इजराइल का सबसे बड़ा दोस्त बताया, लेकिन कहा कि हर मुद्दे पर उनकी और जेडी वेंस की राय एक जैसी होना जरूरी नहीं है।

पिछले 24 घंटे के 5 बड़े अपडेट्सः-ट्रम्प बोले- एक हमले में ईरानी लीडरशिप खत्म कर सकते थेः अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प ने कहा कि खामेनेई के अंतिम संस्कार में ईरान का पूरा शीर्ष नेतृत्व मौजूद था और अमेरिका चाहता तो एक ही हमले में सभी को खत्म कर सकता था, लेकिन बातचीत का रास्ता खुला रखने के लिए ऐसा नहीं किया। ईरान बोला- अमेरिका के पास न सभ्यता, न सम्मानः ट्रम्प के बयान पर आर्मेनिया स्थित ईरानी दूतावास ने कहा, 'लोगों को मारा जा सकता है, लेकिन विचारों को नहीं। आपके पास न सभ्यता है, न इतिहास और न सम्मान।' भीषण गर्मी के बीच अंतिम यात्रा में लोगों पर पानी का छिड़कावः 30 डिग्री सेल्सियस से ज्यादा तापमान के बावजूद हजारों लोग अंतिम विदाई देने पहुंचे। गर्मी से राहत के लिए फायर ब्रिगेड ने पानी का छिड़काव किया, जबकि लोगों को ठंडे पेय और तरबूज भी बांटे गए। ईरानी सेना बोली- सीजफायर के दौरान भी सैन्य ताकत बढ़ा रहेः ईरानी सेना के ब्रिगेडियर जनरल मोहम्मद अकरमिनिया ने कहा कि सीजफायर का इस्तेमाल सेना अपनी ताकत बढ़ाने के लिए कर रही है। उन्होंने अमेरिका और इजराइल को चेतावनी दी कि अगर कोई गलती हुई तो ईरानी सेना करारा और निर्णायक जवाब देगी। रूस बोला- होर्मुज ईरान का 'परमाणु हथियार': रूस के पूर्व राष्ट्रपति दिमित्री मेदवेदेव ने कहा कि होर्मुज स्ट्रेट ईरान का परमाणु हथियार है। उन्होंने कहा कि इस रास्ते पर नियंत्रण से ईरान पूरी दुनिया के तेल कारोबार पर दबाव बना सकता है।

पीएम मोदी इन इंडोनेशिया- सबसे बड़े हिंदू मंदिर जाएंगे,राष्ट्रपति सुबियांतो से रु2,500 करोड़ की ब्रह्मोस डील पर करार संभव

जकार्ता। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी सोमवार को इंडोनेशिया दौरे पर

रवाना हो गए हैं। इस दौरान वह राष्ट्रपति प्रबोवो सुबियांतो से मुलाकात करेंगे और प्रम्बानन मंदिर भी जाएंगे,जो इंडोनेशिया का सबसे बड़ा हिंदू मंदिर परिसर है। साथ ही राष्ट्रपति सुबियांतो के साथ द्विपक्षीय बैठक में करीब रु2,500 करोड़ की ब्रह्मोस सुपरसोनिक क्रूज मिसाइल डील पर मुहर लगने की संभावना है। इसके अलावा रक्षा सहयोग, समुद्री सुरक्षा, व्यापार, निवेश, डिजिटल सहयोग और इंडो-पैसिफिक क्षेत्र में साझेदारी जैसे मुद्दों पर भी चर्चा होने की उम्मीद है। दोनों नेता कई द्विपक्षीय समझौतों पर हस्ताक्षर भी कर सकते हैं। दोनों देशों के बीच पिछले कुछ वर्षों में रक्षा, व्यापार, कनेक्टिविटी और समुद्री सुरक्षा में सहयोग लगातार बढ़ा है। इस यात्रा का उद्देश्य रणनीतिक साझेदारी को नई गति देना माना जा रहा है। मोदी का इंडोनेशिया का यह तीसरा दौराः-प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी इससे पहले दो बार इंडोनेशिया का दौरा कर चुके हैं। पहला दौरा मई 2018 में हुआ था। इस दौरान दोनों देशों ने संबंधों को कॉम्प्रिहेंसिव स्ट्रैटेजिक पार्टनरशिप का दर्जा दिया। रक्षा, समुद्री सुरक्षा, आतंकवाद-रोधी सहयोग, व्यापार, डिजिटल अर्थव्यवस्था, विज्ञान-प्रौद्योगिकी और कनेक्टिविटी समेत 15 से अधिक समझौतों पर सहमति बनी। इसी यात्रा में दोनों देशों ने साझा समुद्री दृष्टिकोण को भी आगे बढ़ाने पर जोर दिया। इसके बाद मोदी सितंबर 2023 में जकार्ता में आयोजित 20वें आसियान-भारत और 18वें ईस्ट एशिया समिट में शामिल होने इंडोनेशिया पहुंचे थे। इंडोनेशिया भारत से ब्रह्मोस खरीदने वाला दूसरा देश बन सकता हैः-भारत और इंडोनेशिया के बीच करीब रु2,500 करोड़ की ब्रह्मोस सुपरसोनिक क्रूज मिसाइल सिस्टम की संभावित डील इस यात्रा का सबसे अहम एजेंडा मानी जा रही है। अगर समझौते पर मुहर लगती है तो फिलीपींस के बाद इंडोनेशिया ब्रह्मोस मिसाइल खरीदने वाला दूसरा विदेशी ग्राहक बन सकता है। यह सौदा भारत के रक्षा निर्यात को बढ़ावा देने के साथ इंडोनेशिया की तटीय और समुद्री सुरक्षा क्षमता को भी मजबूत करेगा। ब्रह्मोस मिसाइल का विकास भारत के डीआरडीओ और रूस की 'एनपीओ मशिनोस्ट्रोयेनिया' के संयुक्त उपक्रम ब्रह्मोस एयरोस्पेस ने किया है। **आगे की खबर पेज संख्या 07 पर..**

मुंबई में बारिश से ज़मीन धास्कि, 20 ट्रेनें कैंसिल, पुणे एक्सप्रेस वे पर मलबा, रास्ता बंद,जनजीवन अस्तव्यस्त

जयपुर/लखनऊ। देश के कई राज्यों में मानसून ने रफ्तार पकड़ ली है। महाराष्ट्र में लगातार बारिश से मुंबई-पुणे रेल रूट पर सोमवार सुबह करजात-लोनावला के भोर घाट सेक्शन में दो जगह लैंडस्लइड हो गई। तीनों रेलवे लाइनें प्रभावित हो गईं। 20 ट्रेनों को कैंसिल करना पड़ा। उधर मुंबई-पुणे एक्सप्रेसवे पर भी लैंडस्लाइड होने से रास्ता बंद हो गया। मुंबई में कल से 75किमी/घंटा की रफ्तार से हवाएं चल रही हैं, 142 पेड़ उखड़ गए। बीएमसी ने आज सरकारी, प्राइवेट और नगर निगम के सभी स्कूलों और कॉलेजों में छुट्टी घोषित कर दी है। मध्य प्रदेश के भोपाल समेत 7 जिलों में रविवार को तेज बारिश हुई। पांढुर्णा जिले में बिजली गिरने से महिला की मौत हो गई। बारिश के बाद कालीसिंध नदी उफान पर है। रायसेन जिले में बेतवा नदी में डूबने से दो नाबालिग बच्चियों की मौत

हो गई। उधर यूपी के 10 से ज्यादा शहरों में लगातार बारिश हो रही है। छत्तीसगढ़ के गरियाबंद जिले में गड्ढे में डूबने से 5 और 6 साल के दो बच्चों की मौत हो गई। महाराष्ट्र में खराब मौसम से निपटने की क्या है तैयारी, 5 पॉइंट- लोगों से अपील की है कि बहुत जरूरी होने पर ही घर से बाहर निकलें। पेड़ों, जर्जर इमारतों, होर्डिंग्स और बिजली के खंभों से दूर रहें। वाहनों को पेड़ों के नीचे पार्क न करें और समुद्र तट व जलभराव वाले इलाकों में जाने से बचें। स्थिति से निपटने के लिए करीब 15 हजार कर्मचारी और अधिकारी तैनात किए गए हैं। किसी भी आपात स्थिति में लोग बीएमसी हेल्पलाइन 1916 पर संपर्क कर सकते हैं।

भारत को तेल बेचने वाला रूस, अब तेल खरीदने पर क्यों बैकस्टेप

मॉस्को/नयी दिल्ली। दुनिया भर के देशों को कच्चा तेल बेचने

वाला रूस अब दूसरे देशों से पेट्रोल मंगवाने को मजबूर है। भारत से भी पेट्रोल के कई टैंकर भेजे जाने की खबरें हैं। रूसी पेट्रोल पंपों पर पहली बार लंबी-लंबी कतारें लगी हैं। पेट्रोल खरीदने पर पाबंदियां लागू हैं। इसकी वजह है- यूक्रेन के हमले। आख़िर क्यों दुनिया को तेल बेचने वाले रूस में तेल की कमी कैसे हो गई है? दरअसल रूस-यूक्रेन जंग शुरू होने के बाद से यूक्रेन लगातार रूसी ऑयल इंफ्रास्ट्रक्चर को निशाना बना रहा है। मार्च 2026 से अब तक रूस की ऑयल रिफाइनरी पर 50 से ज्यादा हमले किए हैं। 4 जुलाई को यूक्रेन के राष्ट्रपति वोलोदिमीर जेलेंस्की ने बताया कि यूक्रेन की सीमा से करीब 850 किमी अंदर रूस के सेंट पीटर्सबर्ग की रिफाइनरी पर ड्रोन अटैक किया है। इस रिफाइनरी से हर साल 1.25 करोड़ टन पेट्रोलियम प्रोडक्ट्स बनते हैं। 3 जून को भी इस रिफाइनरी पर हमला हुआ था। इसके अलावा 18 जून को मॉस्को के बाहरी इलाकों में स्थित रिफाइनरी पर हमला हुआ। यूक्रेनी मीडिया के मुताबिक, रूस की टॉप-10 रिफाइनरियों में से 8 पर यूक्रेन हमले कर चुका है। रिफाइनरियों पर हुए हमले से रूस में पेट्रोल की भारी कमी हो गई है! रूस की रिफाइनिंग क्षमता 42.7फीसदी तक घटी है। तेल के 60 भंडार बुरी तरह डैमेज हुए हैं। इनमें रूस के 58फीसदी पेट्रोलियम उत्पाद यानी पेट्रोल और डीजल वगैरह और 42फीसदी कच्चा तेल था। न्यूज एजेंसी रॉयटर्स के मुताबिक, पिछले साल जून की तुलना में इस साल रूस का टोटल ऑयल प्रोडक्शन 25फीसदी कम हुआ। रूस में गैसोलीन, यानी पेट्रोल उत्पादन जो पिछले साल जून में रोजाना 10 लाख बैरल से घटकर इस साल करीब 8.5 लाख प्रति बैरल रह गया है।**आगे की खबर पेज संख्या 07 पर..**

पीओके में पाकिस्तानी फोर्स ने लोगों पर चलाईं गोलियां, पाकिस्तान सरकार के खिलाफ 40 हजार प्रदर्शनकारी जुटे थे-कई लोग घायल

अब्बासपुर। पाकिस्तान के कब्जे वाले कश्मीर (पीओके) में रविवार

को जम्मू-कश्मीर जॉइंट अवामी एक्शन कमेटी (JAAC जाक) के शांतिपूर्ण प्रदर्शन रैली पर पाकिस्तानी फोर्स ने गोलियां चला दीं। एएनआई की रिपोर्ट के मुताबिक, जाक ने दावा किया कि अब्बासपुर के सरदार गुलाम हुसैन खान स्पोर्ट्स स्टेडियम में करीब 40 हजार लोग जुटे थे। संगठन का आरोप है कि डुडियाल के एएमबी इलाके में शांतिपूर्ण प्रदर्शन कर रहे लोगों पर पाकिस्तानी सुरक्षा बलों ने बिना उकसावे के गोलीबारी की, जिसमें कई लोग गंभीर रूप से घायल हुए। हालांकि, घायलों की आधिकारिक संख्या या पाकिस्तान प्रशासन की ओर से इस पर कोई आधिकारिक प्रतिक्रिया सामने नहीं आई है। जाक का कहना है कि यह प्रदर्शन इस्लामाबाद सरकार के खिलाफ है। साथ ही, यह आंदोलन जाक के नेताओं और कार्यकर्ताओं की गिरफ्तारी, प्रशासनिक विफलताओं और बुनियादी अधिकारों की मांग को लेकर चल रहा है। संगठन ने गिरफ्तार नेताओं और कार्यकर्ताओं की तुरंत रिहाई की मांग की है। कई इलाकों से पहुंचे लोग, विदेश में भी प्रदर्शन-रिपोर्ट के अनुसार, डेरा इस्माइल खान में चल रहे धरना स्थल पर भी कई अलग-अलग इलाकों से लोगों के काफिले लगातार पहुंचते रहे। प्रदर्शन में महिलाओं, बच्चों और बुजुर्गों की भी बड़ी भागीदारी बताई गई। जाक ने कहा कि रावलाकोट और चक की महिलाएं भी सड़कों पर उतरकर आंदोलन का नेतृत्व कर रही हैं। संगठन का दावा है कि प्रदर्शनकारी प्रशासन के दबाव के बावजूद पीछे नहीं हटे। वहीं, जाक की अपील पर न्यूजीलैंड के ऑकलैंड में रहने वाले कश्मीरी समुदाय ने भी प्रदर्शन किया। प्रदर्शनकारियों ने जाक के कोर कमेटी सदस्य शौकत नवाज मीर की गिरफ्तारी का विरोध किया और उनकी रिहाई की मांग की। जाक का कहना है कि शौकत नवाज मीर की गिरफ्तारी के बाद पूरे पीओजेके में तनाव बढ़ गया है। संगठन ने सोशल मीडिया पर 'रीलिज शौकत मीर' अभियान चलाया, जिसके तहत लोगों से आंदोलन में शामिल होने की अपील की। प्रदर्शन के दौरान 'लॉन्ग लिव कश्मीर' और 'लॉन्ग लिव द पीपल' जैसे नारे लगाए गए।

बोले-एक हमले में ईरानी लीडरशिप खत्म कर सकते थे-ट्रम्प, तुम्हारे पास न सभ्यता, न सम्मान-ईरान

तेहरान/वॉशिंगटन डीसी। डोनाल्ड ट्रम्प ने दावा किया कि खामेनेई के अंतिम संस्कार में ईरान

का पूरा शीर्ष नेतृत्व मौजूद था और अमेरिका चाहे तो एक ही हमले में सभी को खत्म कर सकता था। एक्सिओस से बातचीत में ट्रम्प ने कहा, 'हालांकि मैंने ऐसा नहीं किया, क्योंकि फिर बातचीत के लिए कोई नहीं बचता।' ट्रम्प ने जनाजे में रो रहे लोगों पर भी तंज कसते हुए कहा कि शायद ये आंसू भी नकली हों। ट्रम्प के बयान पर ईरान ने पलटवार किया। आर्मेनिया स्थित ईरानी दूतावास ने सोशल मीडिया पर लिखा, 'लोगों को मारा जा सकता है, लेकिन विचारों को नहीं। आपके पास न सभ्यता है, न इतिहास और न सम्मान।' दूसरी तरफ तेहरान के इमाम खुमैनी ग्रैंड मोसल्ला में खामेनेई के अंतिम दर्शन के लिए तीसरे दिन लाखों लोगों की भीड़ उमड़ी है। इस दौरान 'डेथ टु अमेरिका' और 'डेथ टु इजराइल' के नारे लगे।

जालंधर की लेडी अफसर ने जेल में बनाए प्रेम संबंध,कनाडा में पंजाबी कैदी से मिलती, उसके पैसो से होते थे शौक पूरे

जालंधर। कनाडा की जेल में तैनात जालंधर मूल की एक महिला अधिकारी पर पंजाबी कैदी से रिश्ते को लेकर गंभीर आरोप लगे हैं। जांच के मुताबिक उसने अपनी ड्यूटी उसी ब्लॉक में लगवाई, जहां कैदी बंद था। वह ज्यादातर समय उसकी सेल के आसपास बिताती थी और जेल के आधिकारिक फोन सिस्टम के अलावा कथित तौर पर अवैध मोबाइल के जरिए भी उसके संपर्क में रहती थी। बदले में कैदी उस पर महंगे गिफ्ट लुटाता रहा। जांच दस्तावेजों के मुताबिक उसने महिला अधिकारी की कॉस्मेटिक सर्जरी और विदेश यात्राओं का खर्च भी उठाया। पूरा मामला तब सामने आया, जब एक वरिष्ठ जेल अधिकारी के घर पर जानलेवा हमले की साजिश की जांच शुरू हुई। जांच एजेंसियों का आरोप है कि जालंधर मूल की महिला अधिकारी ने ही उस अधिकारी की कार की नंबर प्लेट की फोटो कैदी तक पहुंचाई थी। इसके बाद कथित तौर

पर उसी जानकारी के आधार पर अधिकारी की पहचान कर पूरी साजिश रची गई। यह मामला बाद में कनाडा पुलिस की प्रोजेक्ट साउथ जांच का अहम हिस्सा बना। 3 जुलाई को ऑन्टारियो सुपीरियर कोर्ट की अनुमति के बाद 563 पन्नों वाले आईटीओ (इन्फॉर्मेशन टू ऑब्टेन) के कुछ हिस्से सार्वजनिक किए गए, जिनसे पूरे घटनाक्रम का खुलासा हुआ। मामला फिलहाल अदालत में विचाराधीन है। महिला अधिकारी पेड लीव पर हैं, जबकि कैदी अब भी जेल में बंद है। जांच एजेंसियों ने उसका नाम अमेरिका के वांटेड ड्रग तस्कर रॉयन वेडिंग के कथित ड्रग नेटवर्क से भी जोड़ा है। दोसांझ गांव की निशवंत, कैदी ड्राइवर के तौर पर कनाडा गयाः-कनाडा पुलिस के मुताबिक निशवंत कौर दोसांझ का परिवार पंजाब के जालंधर जिले के दोसांझ कलां गांव से जुड़ा बताया जाता है। वह ब्रिटिश कोलंबिया के ऐबट्सफोर्ड में रहती हैं और टोरंटो साउथ डिटेंशन सेंटर में कॉर्पोरल थीं। 32 वर्षीय गुरप्रीत सिंह पंजाब से ट्रक ड्राइवर के रूप में कनाडा गया था। बाद में जांच एजेंसियों ने उसका नाम अमेरिका के वांछित ड्रग तस्कर रायन वेडिंग के कथित ड्रग तस्करी नेटवर्क से जोड़ा। अक्टूबर 2024 से वह टोरंटो जेल में बंद है और अमेरिका प्रत्यर्पण की प्रक्रिया का सामना कर रहा है। दोनों के बीच पहले से प्यार, जेल में देख फिर रिश्ते सक्रिय हुएः-आईटीओ के मुताबिक गुरप्रीत के अक्टूबर 2024 में टोरंटो साउथ डिटेंशन सेंटर पहुंचने से पहले से ही दोनों के बीच लंबे समय से निजी संबंध थे। गुरप्रीत के जेल पहुंचने के बाद निशवंत को पता चला तो उनके बीच का यह रिश्ता फिर से सक्रिय हो गया। जांच एजेंसियों का आरोप है कि निशवंत ने अपनी ड्यूटी उसी टावर और ब्लॉक में लगवा ली, जहां गुरप्रीत बंद था। अक्टूबर 2024 से 2025 तक दोनों के बीच लगातार निजी मुलाकातें होती रहीं। सेल के बाहर ज्यादा समय, यहीं से बढ़ा शकः-पुलिस के अनुसार निशवंत अक्सर गुरप्रीत की सेल के आसपास जरूरत से ज्यादा समय बिताती थीं। जेल सुपरवाइजरों ने यह भी नोटिस किया कि वह गुरप्रीत से मिलने के बाद उसके पूर्व सेलमेट से भी मिलती थीं। जांचकर्ताओं का कहना है कि इसी असामान्य गतिविधि के बाद दोनों पर निगरानी बढ़ाई गई। जेल के फोन के अलावा कथित अवैध मोबाइल से भी संपर्कः-आईटीओ के मुताबिक दोनों जेल के आधिकारिक फोन सिस्टम के अलावा गुरप्रीत के पास मौजूद कथित अवैध मोबाइल फोन के जरिए भी लगातार संपर्क में थे। जांच के दौरान गुरप्रीत की कई बातचीत इंटरसेप्ट कर मॉनिटर की गई। जांच दस्तावेजों में दावा किया गया है कि निशवंत ने एक सहकर्मी को बताया था कि गुरप्रीत ने उन्हें महंगे गिफ्ट दिए, कॉस्मेटिक सर्जरी के लिए पैसे दिए और विदेश यात्राओं का खर्च भी उठाया। जांच अधिकारी डिटेक्टिव कांस्टेबल एंटोनियो डी ओनोफ्रियो ने लिखा कि गुरप्रीत का निशवंत पर इतना प्रभाव था कि यह एक जेल अधिकारी और कैदी के रिश्ते के लिहाज से बेहद असामान्य था।**आगे की खबर पेज संख्या 07 पर..**

शहीद स्मारक पर गूंजे लोकगायिका दृष्टि पांडेय के भजन, योग के साथ हुआ भव्य अभिनंदन

संस्थान के संरक्षक व योगाचार्य ने किया स्वागत, सैकड़ों लोगों ने की पुष्प वर्षा,रायबरेली की बेटी देवांशी के भजनों पर झूम उठे सैकड़ों योग साधक

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। स्थानीय शहीद शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क का निवास होता है, इसलिए योग को योगाचार्य बृज मोहन ने उन्हें अंगवस्त्र भेंट कर सम्मानित

स्मारक स्थित भारत माता मंदिर परिसर में रविवार को 'भारत माता योग सेवा संस्थान' द्वारा एक भव्य योग शिविर एवं सांस्कृतिक चेतना कार्यक्रम का आयोजन किया अपनी दिनचर्या का हिस्सा अवश्य बनाएं।इसके पश्चात आयोजित सांस्कृतिक बेला में दृष्टि पांडेय ने अपनी सुरीली आवाज में जैसे ही भक्ति रस से सराबोर भजनों की किया। इस दौरान परिसर में उपस्थित सैकड़ों योग अभ्यासियों ने दृष्टि पांडेय पर फूलों की माला पहनाकर और पुष्प वर्षा कर उनका अभूतपूर्व स्वागत किया।

गया। इस गौरवमयी आयोजन में जनपद की माटी का गौरव और सुप्रसिद्ध लोकगायिका दृष्टि पांडेय 'देवांशी' को मुख्य अतिथि के रूप में आमंत्रित किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ योग और अध्यात्म के अनूठे संगम के साथ हुआ। मुख्य अतिथि दृष्टि पांडेय ने संस्थान के योगाचार्य बृज मोहन की देखरेख में योग के विभिन्न कठिन आसनों और प्राणायाम का अभ्यास किया। उन्होंने युवाओं से अपील करते हुए कहा कि स्वस्थ प्रस्तुति शुरू की, पूरा परिसर तालियों की गड़गड़ाहट से गूंज उठा। उनकी मंत्रमुग्ध कर देने वाली प्रस्तुति पर वहां मौजूद सैकड़ों योग साधक भाव-विभोर होकर झूमने लगे। इस दौरान पूरा परिसर 'जय श्री राम', 'हर-हर महादेव' और 'भारत माता की जय' के गगनभेदी नारों से गुंजायमान हो उठा। लोकगायिका की इस अद्भुत कला और साधना को देखते हुए संस्थान के संरक्षक संतोष त्रिपाठी और कार्यक्रम में दृष्टि पांडेय के साथ उनके मार्गदर्शक व पिता देवेंद्र पांडेय तथा छोटे भाई दीक्षांत पांडेय भी मौजूद रहे। संस्थान के संरक्षक संतोष त्रिपाठी ने लोकगायिका के पिता और छोटे भाई को भी अंगवस्त्र व फूलों की माला पहनाकर गरिमामयी सम्मान दिया। अंत में दृष्टि पांडेय ने इस असीम स्नेह और सम्मान के लिए संस्थान के पदाधिकारियों व समस्त योग साधकों का हृदय से आभार जताया।

उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ की अध्यक्षता में हुई कैबिनेट बैठक में उच्च शिक्षा विभाग से संबंधित कई महत्वपूर्ण प्रस्तावों को मंजूरी दी गई

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) लखनऊ। निजी क्षेत्र में तीन नए है। प्रायोजक संस्था 'स्वामी ब्रह्मानन्द सरस्वती चैरिटेबल करेगा। प्रायोजक संस्था 'एंग्लो संस्कृत कॉलेज, फतेहपुर' द्वारा

विश्वविद्यालयों की स्थापना को मंजूरी मिली है, जिससे प्रदेश में उच्च शिक्षा का विस्तार और गुणवत्ता दोनों बढ़ेंगी। उच्च शिक्षा मंत्री योगेंद्र उपाध्याय ने बताया कि उत्तर प्रदेश निजी विश्वविद्यालय अधिनियम, 2019 के तहत मूल्यांकन के बाद तीन संस्थाओं को आशय पत्र (एलओपी) जारी करने और संचालन प्राधिकार-पत्र देने का प्रस्ताव कैबिनेट से पास हुआ ट्रस्ट, दिल्ली' द्वारा कानपुर नगर में 51.739 एकड़ भूमि पर एक कृषि आधारित विश्वविद्यालय स्थापित किया जाएगा, जो कृषि शिक्षा व अनुसंधान को नई दिशा देगा। प्रायोजक संस्था 'इंडियन इंस्टिट्यूट ऑफ मैनेजमेंट एंड इंजीनियरिंग सोसाइटी, गाजियाबाद' द्वारा गाजियाबाद में 26.2656 एकड़ भूमि पर एक विश्वविद्यालय बनेगा, जो उच्च शिक्षा के नए अवसर प्रदान फतेहपुर में 20.45 एकड़ भूमि पर एक विश्वविद्यालय की स्थापना होगी। उच्च शिक्षा मंत्री ने बताया कि 2017 से अब तक 8 नए सरकारी विश्वविद्यालय स्थापित हुए हैं, और निजी विश्वविद्यालयों की संख्या 27 से बढ़कर 56 हो जाएगी। इन नए विश्वविद्यालयों के खुलने से युवाओं को प्रदेश में ही गुणवत्तापूर्ण उच्च शिक्षा, शोध और रोजगारपरक पाठ्यक्रम उपलब्ध होंगे।

'मायके बुलाकर रेप करता था सौतेला पिता', पुलिस से बोली बेटी-थाने में हार्टअटैक के बाद आरोपी की मौत

शाहजहांपुर। रेप के आरोप में थाने लाए गए सौतेले पिता की रविवार रात मौत हो गई। बेटी ने उस पर 3 साल तक रेप करने का आरोप लगाया था। बेटी ने पुलिस को बताया कि सौतेला पिता की उस पर गंदी नजर थी। वह उसे मायके से बुलाकर भी रेप करता था। पुलिस की पूछताछ के बीच थाने में ही आरोपी की तबीयत बिगड़ गई। इसके बाद उसे सीएचसी ले जाने पर जिला अस्पताल रेफर कर दिया गया। डॉक्टरों ने आरोपी को देखते ही मृत घोषित कर दिया। पोस्टमॉर्टम रिपोर्ट में हार्टअटैक से मौत की बात सामने आई है। आरोपी युवक की मौत के बाद पुलिस की कार्रवाई को लेकर भी सवाल उठ रहे हैं। युवक के घरवालों का आरोप है कि मौत रविवार रात 1.40 बजे हुई, जबकि पुलिस ने रात के 2.19 मिनट पर उसके खिलाफ केस दर्ज किया। घटना सिधौली इलाके की है। पहले बेटी के पिता पर लगाए 2 आरोप-1. पिता ने घर पर मेरा अबॉर्शन कराया:-सिधौली की रहने वाली 20 साल की लड़की ने सौतेले पिता (40) पर रेप का आरोप लगाया था। पीड़िता ने पुलिस को बताया कि उसके पिता की मौत के बाद मां ने आरोपी से दूसरी शादी की थी। पीड़िता और उसकी छोटी बहन मां के साथ आरोपी के घर आकर रहने लगे। तीन साल पहले जब पीड़िता 17 साल की थी, तभी से सौतेला पिता उसके साथ रेप करने लगा। लड़की 3 बार प्रेग्नेंट हुई तो उसे दवा देकर घर पर ही अबॉर्शन करा दिया। मां ने भी इसमें आरोपी का साथ दिया। लड़की की पढ़ाई छुड़वकर उसे घर से निकलने पर रोक लगा दी गई।

एमडब्ल्यूओ ने 7 जरूरतमंदों को 10 यूनिट ब्लड देकर बचाई जान

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज/अमेठी। सामाजिक

संगठन महापदमनंद वेलफेयर ऑर्गेनाइजेशन (एमडब्ल्यूओ) ने इस सप्ताह कई जरूरतमंदों को ब्लड देकर मरीजों की जान बचाने का ऐतिहासिक कार्य किया गया, जिसमें (1) प्रयागराज के स्वरूप रानी मेडिकल कॉलेज में भर्ती मरीज रिया पांडे पत्नी कृष्ण कुमार मिश्रा जो प्राइवेट शिक्षक हैं निवासी शाहबरी प्रतापगढ़ को ब्लड की आवश्यकता पड़ने पर संगठन के साथी प्रदीप शर्मा निवासी श्रीपुर भदैंया लंभुआ और उनके मित्र भार्गव जी अंबेडकर नगर (जलालपुर) के द्वारा स्वरूप रानी मेडिकल कॉलेज के ब्लड बैंक में अपना रक्तदान करते हुए दो यूनिट ब्लड दिलाया। (2) देव हॉस्पिटल सुल्तानपुर में भर्ती मरीज किरण शर्मा पुत्री मुन्नालाल शर्मा ब्लॉक संगठन मंत्री (एम डब्ल्यू ओ) लंभुआ को एमडब्ल्यूओ के महाराष्ट्र मुंबई सक्रिय कार्यकर्ता अनिल शर्मा के सूचना पर गोमती ब्लड बैंक से एक यूनिट ब्लड दिलाया गया। (3) जौनपुर के दुर्गा सिटी हॉस्पिटल में भर्ती मरीज मीनू यादव पत्नी काशीनाथ यादव निवासी कुम्भाएं कटावाँ जनपद सुल्तानपुर को ब्लड की आवश्यकता पड़ने पर एमडब्ल्यूओ के मुंबई महाराष्ट्र के सक्रिय कार्यकर्ता अनिल शर्मा व सुनील शर्मा अहिरौली के द्वारा जौनपुर पहुंचकर ईशा ब्लड बैंक में रक्तदान करते हुए उन्हें दो यूनिट ब्लड उपलब्ध कराया गया। (4)

प्रयागराज के आरोग्य नर्सिंग होम में भर्ती मरीज अरशुमा बानो पुत्री मोहम्मद शमीम निवासी गढ़वारी पुर शुकुलपुर गड़वाड़ा प्रतापगढ़ को ब्लड की आवश्यकता पड़ने पर संगठन के प्रांतीय कार्यकारिणी सदस्य विजय कुमार जी की सूचना पर एसजीएस ब्लड बैंक प्रतापगढ़ से एक यूनिट ब्लड दिलाया गया। (5) अयोध्या जनपद के जगत हॉस्पिटल में भर्ती मरीज विजय राम मिश्र निवासी गोविंदपुर पूरे बच्चा मिश्रा धनपतगंज सुल्तानपुर को जगदीशपुर ब्लॉक अध्यक्ष श्रीकांत शर्मा जी की सूचना पर सुल्तानपुर के गोमती ब्लड बैंक से दो यूनिट ब्लड दिलाया गया। (6) अमेठी के फैज नर्सिंग होम में भर्ती मरीज राजेश कुमार यादव निवासी तुलापुर विशेश्वरगंज भैरोपुर अमेठी को ब्लड की आवश्यकता पड़ने पर टीकर माफी प्रधान पवन मौर्या की सूचना पर संजय गांधी हॉस्पिटल के ब्लड बैंक से एक यूनिट ब्लड दिलाया गया। (7) अमेठी के संजय गांधी हॉस्पिटल में भर्ती मरीज अनारकली पत्नी स्वर्गीय अभय राज गुप्ता निवासी बालीपुर डुहिया को ब्लड की आवश्यकता पड़ने पर संगठन के प्रांतीय ऑडिटर विनोद शर्मा जी की सूचना पर संजय गांधी ब्लड बैंक से एक यूनिट ब्लड दिलाया गया। मैं घनश्याम शर्मा अध्यक्ष (एमडब्ल्यूओ) अपने चारों रक्तदान करने वाले साथी अनिल शर्मा, सुनील शर्मा, प्रदीप शर्मा और भार्गव को बहुत-बहुत बधाई देता हूं और आपके उज्जवल भविष्य और उत्तम स्वास्थ्य की कामना करता हूं और ईश्वर से प्रार्थना करता हूं कि सभी मरीज जल्द ही पूर्ण रूप से स्वस्थ होकर अपने घर परिवार में पहुंचे।

वर्षों से बदहाल कोईराजपुर-कट मार्ग, पहली बारिश में खुली पोल; राहगीरों और स्कूली बच्चों का आवागमन मुश्किल

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) हरहुआ (वाराणसी)। प्रदेश सरकार जहां सड़कों को गड्ढामुक्त मार्ग से विद्यालय जाते हैं, लेकिन सड़क की खराब स्थिति के कारण उन्हें रोजाना जान जोखिम में जलभराव हो जाता है। पैदल चलने वाले, साइकिल सवार और दोपहिया वाहन चालक अक्सर गड्ढों

बनाने और बेहतर यातायात व्यवस्था उपलब्ध कराने का दावा कर रही है, वहीं विकासखंड हरहुआ के अंतर्गत कोईराजपुर- डालकर सफर करना पड़ता है। बारिश के बाद गड्ढों में पानी भर जाने से यह समझ पाना मुश्किल हो जाता है कि सड़क पर गड्ढा है में गिरकर चोटिल हो जाते हैं। सबसे अधिक परेशानी स्कूली बच्चों और बुजुर्गों को उठानी पड़ रही है। एक ओर सरकार प्रदेश

कट मार्ग वर्षों से बदहाल स्थिति में पड़ा है। पहली ही बारिश ने सड़क की जर्जर हालत की पोल खोल दी। जगह-जगह बने गहरे गड्ढों में पानी भर जाने से राहगीरों, साइकिल सवारों और स्कूली बच्चों का आवागमन बेहद कठिन और जोखिमभरा हो गया है।ग्रामीणों के अनुसार यह मार्ग कोरौता, अकेलवा, मोहनसराय सहित कई गांवों को जोड़ने वाला प्रमुख संपर्क मार्ग है। प्रतिदिन हजारों लोग इसी सड़क से आवागमन करते हैं। बड़ी संख्या में छात्र-छात्राएं भी इसी या गड्ढे में सड़क।स्थानीय लोगों ने बताया कि यह सड़क कई वर्ष पहले बनाई गई थी। यह मार्ग वरुणा पुल के रास्ते अकेलवा और मोहनसराय को जोड़ता है। ग्रामीणों के अनुसार वरुणा पुल का उद्घाटन पूर्व मंत्री सुरेंद्र नारायण पटेल द्वारा किया गया था, लेकिन उसके बाद से सड़क की समुचित मरम्मत नहीं कराई गई। परिणामस्वरूप सड़क की स्थिति लगातार बदतर होती चली गई। ग्रामीणों का कहना है कि हल्की बारिश होते ही सड़क पर की सड़कों को गड्ढामुक्त बनाने का दावा कर रही है, वहीं दूसरी ओर कोईराजपुर-कट मार्ग की बदहाल स्थिति इन दावों पर सवाल खड़े कर रही है। ग्रामीणों ने प्रशासन से तत्काल सड़क की मरम्मत कराने की मांग की है। ग्रामीणों ने चेतावनी दी है कि यदि शीघ्र मरम्मत कार्य शुरू नहीं कराया गया तो किसी भी दिन बड़ा हादसा हो सकता है। उन्होंने संबंधित अधिकारियों से जल्द कार्रवाई कर इस महत्वपूर्ण संपर्क मार्ग को दुरुस्त कराने की अपील की है।

जिलाधिकारी एवं पुलिस अधीक्षक ने तहसील चायल में सुनी जनशिकायतें

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) कौशांबी। जनपद कौशाम्बी के निस्तारित करने के निर्देश देते हुए कहा कि यह सुनिश्चित किया

सभी तहसीलों में आज सम्पूर्ण समाधान दिवस का आयोजन किया गया। जिलाधिकारी डॉ. अमित पाल एवं पुलिस अधीक्षक सत्य नारायण ने तहसील चायल में जनशिकायतों को सुनकर सम्बन्धित अधिकारियों को गुणवत्तापूर्ण व समयान्तर्गत निस्तारित करने के निर्देश दिए।जिलाधिकारी ने राजस्व से सम्बन्धित शिकायतों पर राजस्व एवं पुलिस की संयुक्त टीम को मौके पर भेजकर शिकायत को निस्तारित कराने के निर्देश दिए। उन्होंने सभी अधिकारियों को तहसील दिवस में प्राप्त शिकायतों को गम्भीरता से लेते हुए गुणवत्तापूर्ण एवं समयबद्ध जाय कि कोई भी शिकायत लम्बित न होने पाये। उन्होंने विभिन्न योजनाओं के अंतर्गत प्राप्त प्रार्थना पत्रों पर संबंधित अधिकारियों को ऑनलाइन आवेदन कराकर पात्रता की स्थिति में लाभान्वित करने के भी निर्देश दिए। सम्पूर्ण समाधाबन दिवस में कुल 43 शिकायतें प्राप्त हुई, जिसमें से 01 शिकायतों का निस्तारण मौके पर ही कर दिया गया। इसी प्रकार तहसील मंझनपुर कुल 45 शिकायतें प्राप्त हुई, जिसमें से 03 शिकायतों का निस्तारण मौके पर ही कर दिया गया। तहसील सिराथू कुल 73 शिकायतें प्राप्त हुई, जिसमें से 05 शिकायत का निस्तारण मौके पर ही कर दिया गया।

अज्ञात व्यक्ति का शव नये यमुना पुल के नीचे नदी में मिला

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। थाना पोस्टमार्टम हेतु शव को एस0आर0एन0 मर्चरी हाऊस

कीडगंज क्षेत्रान्तर्गत दिनांक 05/07/2026 को एक अज्ञात व्यक्ति नाम पता अज्ञात का शव नये यमुना पुल के नीचे नदी में मिला है जिसकी उम्र लगभग 45-50 वर्ष होगी। मृतक के शव को शिनाख्त करने कराने का प्रयास किया गया परन्तु शिनाख्त न होने पर पंचायतनामा कर शव को भेजा गया है। दशा शव - गोल चेहरा, गोरा रंग, सीर पर काले छोटे बाल, चेहरे पर दाढी हल्की पकी हुई। पहनावा- शर्ट पीले रंग की, नीले रंग की जिन्स का पेन्ट, अन्डर वियर लक्स कोजी कम्पनी की, काला मोजा, काले रंग की चमडे की बेल्ट, दाहिने हाथ में लाल रंग का कलावा व एक कडा स्टील का।

प्रयागराज में मानसून की बहार झमाझम बारिश, दिन में छाया अंधेरा-गर्मी से मिली राहत

प्रयागराज। संगम नगरी प्रयागराज में सोमवार को सुबह से काफी राहत मिली है। मौसम विभाग के अनुसार, अगले कुछ

मौसम ने अचानक करवट ले ली। सुबह से ही आसमान में काले घने बादल छाए हुए हैं और तेज हवाओं के साथ रुक-रुक कर झमाझम बारिश हो रही है। बारिश के चलते मौसम सुहावना हो गया है और लोगों को उमस भरी गर्मी घंटों तक प्रयागराज और आसपास के क्षेत्रों में बारिश का सिलसिला जारी रहने की संभावना है। तेज हवाओं और बारिश को देखते हुए लोगों को आवश्यक सावधानी बरतने की सलाह दी गई है।

साइबर सुरक्षा के प्रति जागरूक करने का आह्वान किया

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) मैहर। मध्य प्रदेश पुलिस के 'SAFE CLICK 2.0' साइबर जागरूकता अभियान के तहत सरस्वती शिशु मंदिर उच्चतर माध्यमिक विद्यालय, मैहर में साइबर सुरक्षा कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस अवसर पर पुलिस अधीक्षक श्री अवधेश प्रताप सिंह (भा.पु.से.) ने विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं स्टाफ को साइबर अपराधों से बचाव के उपाय बताए। उन्होंने फर्जी कॉल, सोशल मीडिया फ्रॉड, नकली ऐप, यूपीआई/क्यूआर कोड ठगी और डिजिटल अरेस्ट जैसे साइबर अपराधों से सतर्क रहने की अपील करते हुए कहा कि किसी भी अज्ञात लिंक पर क्लिक न करें तथा ओटीपी, पिन और बैंक संबंधी गोपनीय जानकारी किसी से साझा न करें। उन्होंने विद्यार्थियों से स्वयं जागरूक रहने और दूसरों को भी साइबर सुरक्षा के प्रति जागरूक करने का आह्वान किया।

महिला उन्नति संस्था ने सेक्टर-39 अस्पताल में नवजात बच्चियों का किया स्वागत

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। महिला उन्नति संस्था, जिला गौतम बुद्ध नगर द्वारा आज जिला सरकारी अस्पताल, सेक्टर-39, नोएडा में नवजात बच्चियों का स्वागत एवं उन्हें बधाई एवं शुभकामनाएं दी । इस अवसर पर नवजात बचियो को जॉन्सन किट दी। इस अवसर पर जच्चा बच्चा एवं गर्भवती महिलाओं को पौष्टिक आहार दलिया, सैनिटरी पैड, हग्गीज डायपर, बिस्किट, फल एवं अन्य आवश्यक सामग्री वितरित की गई, ताकि माँ और बच्चा दोनों स्वस्थ एवं प्रसन्न रहें। इस कार्यक्रम के दौरान संस्था की रेनू बाला शर्मा ने कहाः 'आज हमने नवजात बच्चियों का स्वागत किया। सभी माताओं से अनुरोध है कि वे बेटियों का उतना ही ध्यान रखें जितना बेटों का। बेटियां भी बेटों के बराबर होती हैं। उन्हें सम्मान दें, अधिकार दें, शिक्षित करें और एक नेक इंसान बनाएं। साथ ही हम अपने बेटों का भी ध्यान रखें, क्योंकि लड़के भी हमारे देश की धरोहर हैं। इस कार्यक्रम में संस्था से राष्ट्रीय कार्यकारणी सदस्य एवं जिला अध्यक्ष रेनू बाला, जिला प्रभारी सीमा रावत,उपाध्यक्ष, विपिन चौधरी, मंत्री राखी शर्मा, मंत्री सरिता सिंह, सुरिंदर बिष्ट, सह-मीडिया प्रभारी एवं संस्था के अन्य पदाधिकारीगण का सहयोग रहा।

नोएडा में खेल क्रांति को नई गति, अजीत कुमार सिंह आर्चरी एकेडमी पहुंचीं एन.सी.एफ. की कार्यकारी अध्यक्ष शालिनी सिंह

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। खेल प्रतिभाओं के प्रोत्साहन एवं युवाओं को खेलों से जोड़ने के उद्देश्य से रविवार को नौएडा सिटीजन फोरम (एन.सी.एफ.) की कार्यकारी अध्यक्ष श्रीमती शालिनी सिंह ने नोएडा स्टेडियम स्थित श्री अजीत कुमार सिंह आर्चरी एकेडमी का दौरा किया। इस अवसर पर उन्होंने खिलाड़ियों से संवाद कर उनके प्रशिक्षण, संघर्ष, उपलब्धियों तथा आगामी राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताओं की तैयारियों की जानकारी प्राप्त की। इस दौरान एकेडमी के मुख्य कोच बलम खानी एवं दानिश चौहान भी उपस्थित रहे। शालिनी सिंह ने राष्ट्रीय एवं प्रदेश स्तरीय खिलाड़ियों से मुलाकात कर उनका उत्साहवर्धन किया। साथ ही उन्होंने एकेडमी में प्रशिक्षण प्राप्त कर रहे मात्र 5 वर्षीय विराज तथा 63 वर्षीय कर्नल विजय चौधरी से भी विशेष रूप से भेंट की। यह प्रेरणादायक दृश्य इस बात का सशक्त संदेश देता है कि खेल की कोई आयु नहीं होती, बल्कि संकल्प, अनुशासन और जुनून ही एक खिलाड़ी की वास्तविक पहचान हैं। इस अवसर पर शालिनी सिंह ने खिलाड़ियों के समर्पण, अनुशासन एवं कठिन परिश्रम की सराहना करते हुए कहा कि किसी भी राष्ट्र की खेल उपलब्धियों की मजबूत नींव ऐसे ही समर्पित खिलाड़ियों के अथक प्रयासों पर आधारित होती है। उन्होंने कहा कि सीमित संसाधनों और चुनौतियों के बावजूद जिस दृढ़ निश्चय के साथ खिलाड़ी अपने लक्ष्य की ओर अग्रसर हैं, वह पूरे समाज के लिए प्रेरणास्रोत है। उन्होंने कहा, 'यह देखकर अत्यंत गर्व की अनुभूति होती है कि नोएडा में खेल क्रांति का एक सशक्त वातावरण तैयार हो रहा है और इसकी मजबूत नींव हमारी आर्चरी एकेडमी जैसी संस्थानों द्वारा रखी जा रही है। आज हर आयु वर्ग के खिलाड़ी यहां अपने सपनों को साकार करने के लिए निरंतर अभ्यास कर रहे हैं। यही 'खेल क्रांति मुहिम' का वास्तविक उद्देश्य है–हर हाथ में खेल और हर मन में जीत का विश्वास।' उन्होंने आगे कहा कि 'खेल क्रांति मुहिम' केवल प्रतियोगिताओं तक सीमित अभियान नहीं है, बल्कि इसका उद्देश्य प्रत्येक प्रतिभाशाली खिलाड़ी को उचित अवसर, गुणवत्तापूर्ण प्रशिक्षण, आवश्यक संसाधन और निरंतर प्रोत्साहन उपलब्ध कराना है।खेल युवाओं में अनुशासन, नेतृत्व क्षमता, आत्मविश्वास तथा राष्ट्र निर्माण की भावना विकसित करने का सबसे प्रभावी माध्यम हैं। शालिनी सिंह ने विश्वास व्यक्त किया कि यदि सरकार, शैक्षणिक संस्थान, खेल संगठन, उद्योग जगत एवं समाज मिलकर खेल प्रतिभाओं के विकास के लिए कार्य करें, तो भारत विश्व खेल मंच पर नई ऊंचाइयों को अवश्य प्राप्त करेगा। उन्होंने समाज के सभी वर्गों से खेल प्रतिभाओं के संरक्षण एवं संवर्धन में सक्रिय सहयोग देने का आह्वान किया। इस अवसर पर एकेडमी के प्रशिक्षकों एवं खिलाड़ियों ने भी एनसीएफ द्वारा खेलों के विकास और खिलाड़ियों के उत्साहवर्धन हेतु किए जा रहे प्रयासों की सराहना करते हुए भविष्य में भी ऐसे सहयोग की अपेक्षा व्यक्त की।

फोर्टिस नोएडा की 'रन फॉर वेलनेस' में 1,200 से अधिक लोगों ने लिया हिस्सा, प्रिवेंटिव हेल्थकेयर का दिया संदेश

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। फोर्टिस हॉस्पिटल नोएडा द्वारा आयोजित 'फोर्टिस नोएडा रन फॉर वेलनेस' में बच्चों, अनुभवी धावकों, महिलाओं और स्थानीय समुदाय के सदस्यों सहित 1,200 से अधिक लोगों ने भाग लिया। इस आयोजन में 10 किमी, 5 किमी और 3 किमी की दौड़ आयोजित की गई। कार्यक्रम का मुख्य आकर्षण 3 किमी की साड़ी रन रही, जिसने महिलाओं की ताकत, आत्मविश्वास और सामुदायिक फिटनेस गतिविधियों में उनकी बढ़ती भागीदारी का संदेश दिया। कार्यक्रम के दौरान फोर्टिस हॉस्पिटल नोएडा में एडिशनल डायरेक्टर, मेडिकल ऑन्कोलॉजी, डॉ. ज्योति आनंद ने कहा, 'स्वास्थ्य सेवाओं का ध्यान बीमारी के गंभीर होने का इंतजार करने के बजाय उसकी रोकथाम और समय पर पहचान पर होना चाहिए। नियमित स्वास्थ्य जांच, शुरुआती चेतावनी संकेतों के प्रति जागरूकता और समय पर डॉक्टर से सलाह लेने से कैंसर का शुरुआती चरण में पता लगाया जा सकता है। इससे इलाज अधिक प्रभावी होता है और मरीज के ठीक होने की संभावना भी बढ़ जाती है।'

यूपीआरटीओयू में जुलाई-2026 प्रवेश सत्र का शुभारंभ,समर्थ पोर्टल से ऑनलाइन प्रवेश की सुविधा सुगम

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज में जुलाई-2026 प्रवेश सत्र का शुभारंभ सोमवार को विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. सत्यकाम द्वारा किया गया। इस अवसर पर उन्होंने प्रवेश प्रक्रिया का औपचारिक शुभारंभ करते हुए कहा कि विश्वविद्यालय नई शिक्षा नीति-2020 की भावना के अनुरूप विद्यार्थियों को सरल, पारदर्शी एवं प्रौद्योगिकी आधारित सेवाएँ उपलब्ध कराने के लिए निरंतर कार्य कर रहा है। समर्थ पोर्टल के माध्यम से पूर्णतः ऑनलाइन प्रवेश व्यवस्था विद्यार्थियों के लिए समय, श्रम और संसाधनों की बचत करेगी तथा उन्हें घर बैठे सभी सुविधाएँ उपलब्ध होंगी। कुलपति प्रो. सत्यकाम ने कहा कि उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय दूरस्थ एवं ऑनलाइन शिक्षा के क्षेत्र में निरंतर नए आयाम स्थापित कर रहा है। उन्होंने विद्यार्थियों से अधिकाधिक संख्या में प्रवेश लेकर गुणवत्तापूर्ण उच्च शिक्षा का लाभ उठाने का आह्वान करते हुए कहा कि विश्वविद्यालय का उद्देश्य शिक्षा को प्रत्येक इच्छुक शिक्षार्थी तक सहज रूप से पहुँचाना है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि इस प्रवेश सत्र में बड़ी संख्या में विद्यार्थी विश्वविद्यालय से जुड़ेंगे। जुलाई-2026 प्रवेश सत्र में कुल 64 विषयों में प्रवेश प्रारंभ किए गए हैं। इनमें 10 प्रमाण-पत्र कार्यक्रम, 7 डिप्लोमा कार्यक्रम, 6 स्नातक कार्यक्रम तथा 24 स्नातकोत्तर कार्यक्रम प्रमुख हैं। इसके अतिरिक्त बी.ए., बी.कॉम., बी.एससी., बी.बी.ए., बी.एल.आई.एस., एम.ए., एम.कॉम., एम.बी.ए., एम.सी.ए., एम.एससी., होम साइंस सहित अनेक रोजगारपरक एवं व्यावसायिक कार्यक्रमों में भी प्रवेश लिए जा रहे हैं। विश्वविद्यालय ने इस वर्ष प्रवेश प्रक्रिया को पूरी तरह समर्थ पोर्टल के माध्यम से ऑनलाइन कर दिया है। अब प्रवेशार्थियों को ऑनलाइन आवेदन पूर्ण होते ही तत्काल नामांकन संख्या प्राप्त हो जाएगी। साथ ही वे अपने समर्थ डैशबोर्ड पर प्रवेश की संपूर्ण जानकारी देख सकेंगे तथा आवश्यक दस्तावेज एवं प्रवेश पत्र स्वयं डाउनलोड एवं प्रिंट भी कर सकेंगे। प्रवेश सत्र के प्रथम विद्यार्थी के रूप में अभिषेक कुमार, जनपद प्रतापगढ़ ने बी.ए. कार्यक्रम में प्रवेश लिया तथा अध्ययन केंद्र एस-094, प्रतापगढ़ का चयन किया। वहीं अध्ययन केंद्र एस-1605 क्षेत्रीय केंद्र अयोध्या के माध्यम से प्रथम स्नातकोत्तर विद्यार्थी का भी ऑनलाइन प्रवेश सफलतापूर्वक संपन्न कराया गया. कार्यक्रम के दौरान प्रवेश प्रभारी प्रो. जे.पी. यादव ने प्रवेश सत्र की रूपरेखा एवं समर्थ पोर्टल की विशेषताओं की विस्तृत जानकारी प्रस्तुत की। उन्होंने बताया कि विश्वविद्यालय ने प्रवेश प्रक्रिया को अधिक पारदर्शी, सरल एवं विद्यार्थी-केंद्रित बनाने के लिए अनेक तकनीकी सुधार किए हैं। इस अवसर पर विश्वविद्यालय के कुलसचिव, वित्त अधिकारी, परीक्षा नियंत्रक, विभिन्न विद्याशाखाओं के निदेशक एवं प्रभारी निदेशक सहित विश्वविद्यालय के अनेक अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित रहे।

सोनभद्र पुलिस ने नकली शराब गैंग का भंडाफोड़ किया,पंजाब से लेकर आए 25 लाख की सामग्री बरामद-हरियाणा के दो तस्कर गिरफ्तार

सोनभद्र। सोनभद्र पुलिस ने अवैध शराब निर्माण और तस्करी के खिलाफ चलाए जा रहे अभियान के तहत एक अंतर्राज्यीय नकली शराब गैंग का भंडाफोड़ किया है। रॉबर्ट्सगंज थाना पुलिस ने इस कार्रवाई में लगभग 25 लाख रुपये मूल्य की शराब निर्माण सामग्री बरामद की है। इसमें 600 लीटर रेक्टिफाइड स्पिरिट, कैरेमल, फ्लेवरिंग एसेंस, 36 हजार खाली कांच की बोतलें और एक ट्रेलर वाहन शामिल हैं। पुलिस ने हरियाणा के दो तस्करों को भी गिरफ्तार किया है। पुलिस अधीक्षक अभिषेक वर्मा ने बताया कि 5 जुलाई को रॉबर्ट्सगंज थाना क्षेत्र के ग्राम बट्ट स्थित मामा ढाबा परिसर में खड़े एक ट्रेलर (संख्या एनएल -01एए-9920) में अवैध शराब बनाने की सामग्री होने की सूचना मिली थी। सूचना पर पहुंची पुलिस टीम ने ई-साक्ष्य ऐप के माध्यम से पूरी कार्रवाई की रिकॉर्डिंग करते हुए ट्रेलर की तलाशी ली। तलाशी के दौरान, पुलिस ने 600 लीटर रेक्टिफाइड स्पिरिट, 46 किलोग्राम कैरेमल, 5 लीटर फ्लेवरिंग एसेंस और यूनाइटेड स्पिरिट ब्रांड के 160 पैकिंग टेप बरामद किए। इसके अतिरिक्त, लगभग 36,000 खाली शराब की कांच की बोतलें भी मिलीं। जब्त किए गए ट्रेलर की अनुमानित कीमत करीब 15 लाख रुपये है।गिरफ्तार आरोपियों ने पूछताछ में बताया कि वे पंजाब के खन्ना (लुधियाना) से शराब निर्माण सामग्री लेकर बिहार-झारखंड सीमा पर स्थित हरिहरगंज जा रहे थे। वहां स्पिरिट, कैरेमल और फ्लेवरिंग एसेंस मिलाकर नकली शराब तैयार की जाती थी। इस नकली शराब को नामी कंपनियों के रैपर और पैकेजिंग में भरकर बिहार में असली शराब के रूप में बेचा जाता था। आरोपियों ने यह भी स्वीकार किया कि परिवहन के लिए उपयोग की गई बिल्टी और अन्य दस्तावेज फर्जी थे। यह गिरोह एक ही पंजीकरण संख्या का इस्तेमाल कई वाहनों में करता था। पूरे नेटवर्क का संचालन व्हाट्सएप कॉल के जरिए किया जाता था, और रास्ते के खर्च व टोल टैक्स के लिए संचालक फोन-पे के माध्यम से पैसे भेजते थे। गिरफ्तार किए गए आरोपियों की पहचान हरिओम पंवार (39 वर्ष) और दिनेश पंवार (32 वर्ष) के रूप में हुई है। दोनों हरियाणा के झज्जर जिले के शालावास थाना क्षेत्र स्थित खाचरोली गांव के निवासी हैं। पुलिस ने रॉबर्ट्सगंज थाने में आबकारी अधिनियम और भारतीय न्याय संहिता (बीएनएस) की संबंधित धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज कर लिया है। गिरोह के अन्य सदस्यों की तलाश जारी है। जानकारी के अनुसार पुलिस अब इस गिरोह के नेटवर्क, वित्तीय लेन-देन और फर्जी दस्तावेज तैयार करने वाले अन्य आरोपियों की भी तलाश में जुटी है। यह कार्रवाई नकली शराब के अवैध कारोबार पर बड़ी चोट मानी जा रही है।

गोपाल नमो सेवा केंद्र ने किया 30 वें निःशुल्क आयुष्मान और ई-श्रम कार्ड शिविर का आयोजन

श्री जगन्नाथ मंदिर में भाजपा राष्ट्रीय प्रवक्ता ने वितरित किए निःशुल्क आयुष्मान और ई-श्रम कार्ड,ग्राम गढ़ी चौखंडी में गोपाल नमो सेवा केंद्र ने बनाए निःशुल्क आयुष्मान और ई-श्रम कार्ड,श्री जगन्नाथ मंदिर में भाजपा राष्ट्रीय प्रवक्ता से निःशुल्क आयुष्मान और ई-श्रम कार्ड पाकर खिले लाभार्थियों के चेहरे

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। भारतीय जनता पार्टी के राष्ट्रीय प्रवक्ता गोपाल कृष्ण अग्रवाल के नेतृत्व में चल रहे गोपाल नमो सेवा केंद्र के माध्यम से नोएडा सेक्टर 121 स्थित श्री जगन्नाथ मंदिर में शनिवार को मेगा नि :शुल्क आयुष्मान और ई-श्रम कार्ड शिविर का आयोजन किया गया। कैंप में नोएडा में निवासरत विभिन्न राज्यों के कुल 60 से अधिक लोगों ने सहभागिता की जिसमें से पात्र पाए गए 40 लोगों के आयुष्मान और ई-श्रम कार्ड बनाने और अपडेशन का कार्य किया गया। भाजपा राष्ट्रीय प्रवक्ता ने उपस्थित होकर लाभार्थियों को निःशुल्क आयुष्मान और ई-श्रम कार्ड देकर सम्मानित किया और जनपद में आयुष्मान से सम्बंधित अस्पतालों की जानकारी दी।

इस मौके पर उन्होंने प्रधानमंत्री विश्वकर्मा , सुकन्या समृद्धि ,जीवन ज्योति, सुरक्षा बीमा किसान सम्मान निधि, मुख्यमंत्री युवा उद्यमी , युवा स्वरोजगार ,विधवा पेंशन, शादी अनुदान , पीएम स्वनिधि, पीएम सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना सहित लगभग 25 से अधिक योजनाओं की संपूर्ण जानकारी वहां उपस्थित लोगों को प्रदान की। कैंप का आयोजन पूर्व भाजपा मंडल अध्यक्ष और श्री जगन्नाथ मंदिर समिति के अध्यक्ष प्रमोद बहल ,धनेश्वर नायक, अभिमन्यु परीदा, प्रशांत कलर,भारत प्रधान किशोर, दिलीप ने किया।

इस मौके पर वरिष्ठ भाजपा समाजसेवी युवा एकता मंच के राष्ट्रीय संयोजक राहुल शर्मा , युवा टीम सर्फ़ाबाद के राष्ट्रीय अध्यक्ष सोनू यादव, आतंकवादी विरोधी संगठन के जिला अध्यक्ष हरवीर यादव ,एडवोकेट काजल गुप्ता सहित संपूर्ण गोपाल नमो सेवा केंद्र की टीम मौजूद रही। जनपद में निवासरत पात्र लोग सी62, सेक्टर 65 स्थित कैंप कार्यालय से जुड़कर सरकारी योजनाओं की विस्तृत जानकारी के साथ साथ योजना का लाभ आसानी से उठा सकते हैं।

मऊगंज में पकड़ी गई करोड़ों की एमडी ड्रग्स फैक्ट्री, रीवा से मुंबई होती थी सप्लाई-4 गिरफ्तार

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रीवा। भोपाल के बाद अब रीवा जोन के मऊगंज में पुलिस ने नशा कारोबार पर अब तक का सबसे बड़ा प्रहार किया है। आईजी गौरव राजपूत की 'जन चौपाल' मुहिम के तहत मिली मुखबिर की सूचना पर एसपी एसके जैन और एसडीओपी सची पाठक ने भारी पुलिस बल के साथ शाहपुर के बिझौली गांव में छापा मारा। पुलिस ने मौके से करोड़ों रुपये की एमडी ड्रग्स, केमिकल, एसिड और ड्रग्स बनाने के उपकरण जब्त किए हैं। इस मामले में एक फोर-व्हीलर वाहन सहित चार आरोपियों को गिरफ्तार किया गया है। यह सिंडिकेट रीवा से मुंबई तक ड्रग्स की सप्लाई करता था।

पुलिस ने ड्रग्स निर्माण स्थल फैक्ट्री से मौके पर ही चार प्रमुख आरोपियों को रंगे हाथों गिरफ्तार किया है।

पकड़े गए आरोपी एक बड़े अंतरराज्यीय ड्रग नेटवर्क का हिस्सा हैं। मऊगंज पुलिस अब पकड़े गए आरोपियों से पूछताछ कर रही है ताकि इस सिंडिकेट के मुख्य मास्टरमाइंड, फंडिंग करने वालों और मुंबई में उनके बड़े खरीदारों का पता लगाया जा सके। आरोपियों के कब्जे से भारी मात्रा में तैयार एमडी ड्रग्स, नशा बनाने के लिए रखे गए केमिकल, एसिड, इलेक्ट्रॉनिक कांटे और ड्रग्स बनाने की मशीनें बरामद हुई हैं। सप्लाई चेन में इस्तेमाल होने वाली एक फोर-व्हीलर गाड़ी को भी पुलिस ने जब्त किया है।

कांग्रेस की 'सदबुद्धि पदयात्रा' के कवरेज हेतु पत्रकार वार्ता एवं आमंत्रण-आदरणीय पत्रकार बंधु

(आधुनिक समाचार नेटवर्क)सोनभद्र। सादर अवगत कराना है कि अयोध्या स्थित श्रीराम मंदिर में चढ़ावे की चोरी एवं वित्तीय अनियमितताओं के गंभीर आरोपों के विरोध में कल सोनभद्र कांग्रेस द्वारा एक विशाल विरोध प्रदर्शन का आयोजन किया जा रहा है। उत्तर प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष श्री अजय राय जी के निर्देशानुसार, जिला एवं शहर कांग्रेस कमेटी सोनभद्र के संयुक्त तत्वावधान में 'सदबुद्धि पदयात्रा' निकाली जाएगी। इस यात्रा के माध्यम से वर्तमान ट्रस्ट को भंग करने और मामले की उच्च न्यायालय के सिटिंग जज से जांच कराने की मांग की जाएगी। आपसे विनम्र अनुरोध है कि जनहित और आस्था से जुड़े इस महत्वपूर्ण कार्यक्रम के व्यापक प्रचार-प्रसार हेतु अपने सम्मानित मीडिया संस्थान (प्रिंट/इलेक्ट्रॉनिक/डिजिटल) से रिपोर्टर और छायाकार/कैमरामैन को कवरेज के लिए भेजने की कृपा करें। कार्यक्रम का विवरणः-दिनांकः 07 जुलाई 2026 (आज, मंगलवार) समयः सुबह 12:00 बजे (शार्प) स्थानः-जिला/शहर कांग्रेस कमेटी कार्यालय, सोनभद्र आपकी गरिमामयी उपस्थिति सादर प्रार्थनीय है।

थाना पिपरी पुलिस द्वारा लम्बे समय से फरार चल रहे एक नफर वारंटी अभियुक्त को किया गिरफ्तार

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। पुलिस अधीक्षक सोनभद्र अभिषेक वर्मा के निर्देशन

में जनपद में वांछित/मफरूर/वारंटी अभियुक्तों की गिरफ्तारी हेतु चलाए जा रहे अभियान के क्रम में, अपर पुलिस अधीक्षक (मुख्यालय) अनिल कुमार के पर्यवेक्षण एवं क्षेत्राधिकारी पिपरी हर्ष पाण्डेय के कुशल मार्गदर्शन तथा थानाध्यक्ष पिपरी श्री राजेश जी चौबे के नेतृत्व में थाना पिपरी पुलिस को महत्वपूर्ण सफलता प्राप्त हुई। दिनांक 05.07.2026 को चौकी प्रभारी रेनुकूट उ0नि0 जितेन्द्र सरोज मय पुलिस टीम क्षेत्र में अपराध एवं अपराधियों की रोकथाम हेतु भ्रमणशील थे। इसी दौरान मुखबिर की सूचना पर मु0नं0-3487/2005, धारा 379/411 भादवि से संबंधित लंबे समय से फरार चल रहे मफरूर अभियुक्त अलख सोनी पुत्र गरीब चन्द्र सोनी, निवासी चित विश्राम, थाना नगर उटारी, जनपद गढ़वा (झारखण्ड), हाल पता- झोपड़ी, शिवा पार्क, रेनुकूट, थाना पिपरी, जनपद सोनभद्र, उम्र लगभग 61 वर्ष को चितविश्राम, नगर उटारी से दिनांक 05.07.2026 को समय 22:40 बजे गिरफ्तार किया गया। गिरफ्तार अभियुक्त को आवश्यक विधिक कार्यवाही पूर्ण करते हुए माननीय न्यायालय के समक्ष प्रस्तुत किया गया। गिरफ्तार अभियुक्त का विवरणः-अलख सोनी पुत्र गरीब चन्द्र सोनी, निवासी चित विश्राम, थाना नगर उटारी, जनपद गढ़वा (झारखण्ड), हाल पता- झोपड़ी, शिवा पार्क, रेनुकूट, थाना पिपरी, जनपद सोनभद्र, उम्र लगभग 61 वर्ष। गिरफ्तारी करने वाली पुलिस टीमः-1. श्री राजेश जी चौबे, थानाध्यक्ष, थाना पिपरी, जनपद सोनभद्र। 2. उ0नि0 जितेन्द्र सरोज, चौकी प्रभारी रेनुकूट, थाना पिपरी जनपद सोनभद्र। 3. हे0का0 शंकरलाल, चौकी रेनुकूट, थाना पिपरी जनपद सोनभद्र। 4. का0 कृष्णा यादव, चौकी रेनुकूट, थाना पिपरी जनपद सोनभद्र।

थाना दुद्धी साइबर टीम द्वारा साइबर ठगी के शिकार महिला के खाते में रु11,630 की धनराशि कराई गई वापस

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। पुलिस अधीक्षक

सोनभद्र श्री अभिषेक वर्मा के निर्देशन में साइबर अपराध एवं अपराधियों के विरुद्ध चलाए जा रहे विशेष अभियान के क्रम में अपर पुलिस अधीक्षक (ऑपरेशन) श्री ऋषभ रुणवाल के पर्यवेक्षण एवं क्षेत्राधिकारी दुद्धी श्री वी0पी0 साहनी के कुशल मार्गदर्शन तथा प्रभारी निरीक्षक थाना दुद्धी श्री धर्मेन्द्र कुमार सिंह के नेतृत्व में थाना दुद्धी की साइबर हेल्प डेस्क द्वारा साइबर ठगी के शिकार महिला की धनराशि वापस कराकर सराहनीय कार्य किया गया। आवेदिका मीना देवी पत्नी राजेन्द्र सिंह, निवासी ग्राम मझौली, थाना दुद्धी, जनपद सोनभद्र के बैंक खाते से अज्ञात साइबर अपराधियों द्वारा एक फर्जी लिंक के माध्यम से कुल रु60,000 की धोखाधड़ी कर ली गई थी। घटना के संबंध में पीड़िता द्वारा एनसीआरपी (एनसीआरपी) पोर्टल पर शिकायत दर्ज कराई गई। शिकायत प्राप्त होने पर थाना दुद्धी की साइबर टीम द्वारा त्वरित कार्रवाई करते हुए आवश्यक साक्ष्य संकलित कर रु46,902.23 की धनराशि होल्ड कराई गई। तत्पश्चात माननीय न्यायालय के आदेश के अनुपालन में संबंधित बैंक से समन्वय स्थापित कर होल्ड की गई धनराशि में से रु11,630 सफलतापूर्वक आवेदिका के बैंक खाते में वापस कराई गई। धनराशि वापस मिलने पर आवेदिका ने पुलिस अधीक्षक सोनभद्र, अपर पुलिस अधीक्षक (ऑपरेशन), क्षेत्राधिकारी दुद्धी, प्रभारी निरीक्षक थाना दुद्धी एवं साइबर हेल्प डेस्क की टीम के प्रति आभार व्यक्त करते हुए उनके कार्यों की सराहना की। वापस कराई गई धनराशि : रु11,630/- धनराशि वापस कराने वाली पुलिस टीम 1. श्री धर्मेन्द्र कुमार सिंह, प्रभारी निरीक्षक, थाना दुद्धी, जनपद सोनभद्र। 2. का0 मन्तोष, साइबर हेल्प डेस्क, थाना दुद्धी। 3. रि0म0का0 साक्षी सिंह, साइबर हेल्प डेस्क, थाना दुद्धी। यदि आप किसी भी प्रकार के साइबर अपराध के शिकार होते हैं, तो तत्काल 1930 हेल्पलाइन पर कॉल करें अथवा www.cybercrime.gov.in पर शिकायत दर्ज करें। त्वरित सूचना देने से धनराशि वापस मिलने की संभावना बढ़ जाती है।

एनसीएल में आयोजित श्रमिक संवाद कार्यक्रम में उठा मुद्दा-कोयला श्रमिकों ने जेबीसीसीआई-12 के गठन की फिर रखी मांग

सोनभद्र/दुद्धी। एनसीएल क्षेत्र में एक श्रमिक संवाद कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें कोयला श्रमिकों की विभिन्न समस्याओं, लंबित वेतन समझौते और श्रमिक हितों से जुड़े मुद्दों पर विस्तार से चर्चा हुई। कार्यक्रम में वक्ताओं ने जेबीसीसीआई-12 के शीघ्र गठन और श्रमिक विरोधी नीतियों के खिलाफ सभी संगठनों से एकजुट होकर संघर्ष करने का आह्वान किया। एटक के राष्ट्रीय अध्यक्ष, पूर्व सांसद एवं जेबीसीसीआई सदस्य ने मुख्य अतिथि के तौर पर संबोधित करते हुए कहा कि श्रमिकों की जायज मांगों को हर हाल में पूरा किया जाना चाहिए। उन्होंने बताया कि एनसीएल क्षेत्र में एटक-सीएमएस ने सदस्यता के आधार पर अग्रणी स्थान प्राप्त किया है, जो पूरे संगठन के लिए गर्व की बात है। उन्होंने पदाधिकारियों और श्रमिकों को बधाई देते हुए आगामी सदस्यता अभियान में 40 प्रतिशत से अधिक सदस्यता बढ़ाने का लक्ष्य निर्धारित करने का आग्रह किया। उन्होंने आगे कहा कि जेबीसीसीआई-12 का गठन लंबे समय से लंबित है, जिसके कारण कोयला कर्मचारियों के वेतन समझौते में अनावश्यक विलंब हो रहा है। उन्होंने इस स्थिति के लिए भारत सरकार और कोल इंडिया प्रबंधन को जिम्मेदार ठहराते हुए जेबीसीसीआई-12 का तत्काल गठन करने की मांग की। एक विशिष्ट अतिथि ने अपने संबोधन में केंद्र सरकार के नए श्रम कानूनों (लेबर कोड) के विभिन्न प्रावधानों पर चर्चा की। उन्होंने कहा कि इनमें कई ऐसे प्रावधान हैं जो श्रमिक हितों के प्रतिकूल हैं। उन्होंने सभी श्रमिक संगठनों से संगठनात्मक मतभेद भुलाकर मजदूर विरोधी नीतियों के खिलाफ एकजुट होकर संघर्ष करने का आह्वान किया।वक्ताओं ने चेतावनी दी कि यदि जेबीसीसीआई-12 का शीघ्र गठन नहीं किया गया और कर्मचारियों की लंबित मांगों का समाधान नहीं हुआ, तो सभी केंद्रीय श्रमिक संगठन संयुक्त रूप से आंदोलन और आवश्यकता पड़ने पर हड़ताल का निर्णय लेने के लिए बाध्य होंगे।

शिकायतकर्ताओं की शिकायतों का निस्तारण गुणवत्तापूर्ण व समयबद्ध तरीके से किया जाये सुनिश्चित-जिलाधिकारी

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। शासन की मन्शा के अनुरूप जिले की चारों तहसीलों में जुलाई महीने के प्रथम शनिवार

को न होकर सोमवार को ''सम्पूर्ण समाधान दिवस'' का आयोजन किया गया, सम्पूर्ण समाधान दिवस ओबरा में जिलाधिकारी श्री चर्चित गौड़, पुलिस अधीक्षक श्री अभिषेक वर्मा द्वारा शिकायतकर्ताओं की शिकायतों को सुना गया। सम्पूर्ण समाधान दिवस में भूमि विवाद से सम्बन्धित प्राप्त हुए, मामलों को स्थलीय स्थिति की जॉच करते हुए टीम द्वारा प्रकरणों की स्थलीय जॉच कर निस्तारण कराने के निर्देश सम्बन्धित अधिकारी को दिये। इस दौरान जिलाधिकारी ने सम्बन्धित अधिकारियों को निर्देशित करते हुए कहा कि शिकायतों के निस्तारण के बाद शिकायतकर्ताओं का फीडबैक लेते हुए शिकायतों का निस्तारण किया जाये, जिससे कि शिकायतकर्ता को किसी प्रकार की समस्या न हो और उनके प्रकरण का निस्तारण समय से किया जा सके। उन्होने के कहा कि प्रत्येक प्रकरण को गम्भीरता से लेकर जॉच कर निस्तारण आख्या प्रस्तुत की जाये। सम्पूर्ण समाधान दिवस के मौके पर जिलाधिकारी श्री चर्चित गौड़, पुलिस अधीक्षक श्री अभिषेक वार्मा उप जिलाधिकारी ओबरा श्री विवेक सिंह आदि ने 119 शिकायतें सुनते हुए, मौके पर ही 06 मामलें निस्तारित किये गये। इस प्रकार तहसील दिवस ओबरा में कुल 06 मामले निस्तारित हुए, बाकी 113 प्रकरणों को समयबद्ध तरीके से निस्तारित करने के निर्देश सम्बन्धित को दिये गये। इस मौके पर तहसीलदार ओबरा, नायब तहसीलदार सहित अन्य अधिकारीगण उपस्थित रहें। 02-सम्पूर्ण समाधान दिवस रावर्टसगंज में उप जिलाधिकारी श्री अश्वनी कुमार की अध्यक्षता में सम्पन्न हुआ, इस मौके पर तहसील में आये शिकायतकर्ताओं की शिकायतों का निस्तारण किया गया, इस दौरान क्षेत्रों में भी टीम भेजकर प्रकरणों का निस्तारण कराया गया और सम्बन्धित को निर्देशित भी किया गया कि इसमें किसी प्रकार की लापरवाही न बरती जाये। अवशेष मामलों को गुणवत्तापूर्ण व समयबद्ध तरीके से निस्तारण के लिए अधिकारियों को निर्देशित किया गया। इस मौके उप जिलाधिकारी सदर श्री अश्वनी कुमार, तहसीलदार सदर श्री अमित कुमार आदि ने 36 शिकायतें सुनते हुए, मौके पर ही 06 मामलें निस्तारित किये गये, इस प्रकार तहसील दिवस रावर्टसगंज में कुल 06 मामले निस्तारित हुए, बाकी 30 प्रकरणों को समयबद्ध तरीके से निस्तारित करने के निर्देश सम्बन्धित को दिये गये। 03- सम्पूर्ण समाधान दिवस घोरावल का आयोजन उप जिलाधिकारी घोरावल श्री आशीष कुमार त्रिपाठी की अध्यक्षता में सम्पन्न हुआ, इस मौके पर तहसील में शिकायतकर्ता के माध्यम से प्राप्त प्रार्थना-पत्रों का निस्तारण किया गया, इस दौरान उप जिलाधिकारी घोरावल श्री आशीष कुमार त्रिपाठी ने प्रकरणों का निस्तारण कराते हुए सम्बन्धित को निर्देशित भी किया गया कि इसमें किसी प्रकार की शिथिलता न बरती जाये, अवशेष मामलों को गुणवत्तापूर्ण व समयबद्ध तरीके से निस्तारण के लिए अधिकारियों को निर्देशित किया गया। इस मौके पर उप जिलाधिकारी घोरावल श्री आशीष कुमार त्रिपाठी व तहसीलदार घोरावल प्रवीण कुमार आदि ने 97 शिकायतों को सुनते हुए ,मौके पर ही 08 मामलें निस्तारित किये गये, इस प्रकार तहसील दिवस घोरावल में कुल 08 मामले निस्तारित हुए, बाकी 89 प्रकरणों को समयबद्ध तरीके से निस्तारित करने के निर्देश सम्बन्धित को दिये गये। 04-सम्पूर्ण समाधान दिवस दुद्धी का आयोजन अपर जिलाधिकारी वि0/रा0 श्री वागीश कुमार शुक्ला की अध्यक्षता में सम्पन्न हुआ, इस मौके पर तहसील दिवस में आये शिकायतकर्ताओं की शिकायतों का निस्तारण किया गया अवशेष मामलों को गुणवत्तापूर्ण व समयबद्ध तरीके से निस्तारण के लिए अधिकारियों को निर्देशित किया गया। इस मौके पर उप जिलाधिकारी दुद्धी श्री निखिल यादव, तहसीलदार दुद्धी, सी0ओ0 दुद्धी व पिपरी आदि ने 85 शिकायतें सुनते हुए, मौके पर ही 07 मामलें निस्तारित किये गये और बाकी 78 प्रार्थना पत्रों को समयबद्ध और गुणवत्ता पूर्ण निस्तारण के लिए निर्देश सम्बन्धित को दिये गये। चारों तहसीलों में आयोजित सम्पूर्ण समाधान दिवस में कुल शिकायतें-337 प्राप्त हुयी, जिसमें से 27 शिकायतों का निस्तारण टीम भेजकर और मौके पर किया गया।

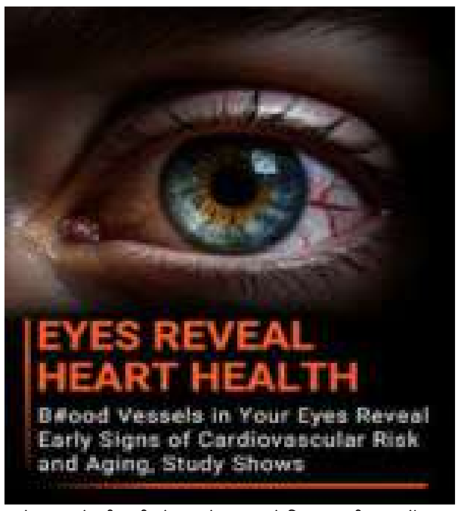
NAINI INDUSTRIAL TRAINING CENTRE
(Govt. Affiliated, Star Graded, Record Holder, ISO Certified Training Centre)
सर्टिफिकेट इन फायर सेफ्टी एण्ड इण्डस्ट्रीयल सिक्योरिटी
फायर सेफ्टी पर जिसकी कमाण्ड, उसकी ही है ग्लोबल डिमाण्ड
कोर्स के बाद सेफ्टी सुपरवाइजर, फायर प्रोटेक्शन, सिक्योरिटी एडमिनिस्ट्रेटर आदि विभिन्न पदों पर नियुक्ति मिल जाती है। रिलीफ एजेन्सी N.G.O., डिफेन्स सर्विसेज फायर सर्विस आर्डिनेन्स फैक्ट्री, महानगर पालिका, नगर निगम, एयरपोर्ट, पावर प्लांट, स्टील प्लान्ट, माइनिंग इन्डस्ट्रीज, पेट्रोलियम कम्पनी, फूड इण्डस्ट्रीज, रिफाइनरीज, टेक्सटाइल मिल, टावर कम्पनी, इलेक्ट्रानिक कम्पनी, कोयले की खदानों एवं जहाजों आदि क्षेत्रों में फायर सेफ्टी के जानकारों को बहुत अधिक मौका मिलता है

नोटः फायर सेफ्टी कोर्स करें और देश -विदेश, सरकारी और प्राइवेट क्षेत्रों में अच्छे पैकेज के साथ नौकरी पायें।
Visit us at www.nainiiti.com Call: 9415608710, 7459860480
Enjoy Publicity

आंखों से मिलता हार्ट डिजीज का संकेत,इन लक्षणों को इग्नोर न करें, डॉक्टर से जानें हार्ट को मजबूत रखने के टिप्स

नयी दिल्ली/गुरुग्राम। क्या हमारी आंखों को देखकर हार्ट डिजीज का पता लगाया जा सकता है? सुनने में भले अजीब

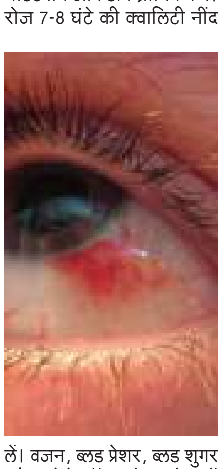
लगे, लेकिन कई मामलों में ऐसा संभव है। दरअसल, रेटिना में मौजूद बारीक ब्लड वेसल्स शरीर के पूरे वस्कुलर सिस्टम की स्थिति को दर्शाती हैं। इससे हार्ट कंडीशन का भी पता लगाया जा सकता है। 'नेशनल लाइब्रेरी ऑफ मेडिसिन' में पब्लिश एक रिसर्च के मुताबिक, रूटीन आई चेकअप के दौरान रेटिना में दिखने वाले बदलाव हाई बीपी और कार्डियो वस्कुलर डिजीज के शुरुआती संकेत हो सकते हैं। इसलिए आज समझेंगे कि आंखें हार्ट हेल्थ के बारे में क्या बताती हैं। साथ ही जानेंगे कि-किन लोगों को ज्यादा सतर्क रहने की जरूरत है? कौन से



संकेत खतरे की घंटी हो सकते हैं? विषय को समझेंगे एक्सपर्ट- डॉ. सर्वेश प्रजापति, कंसल्टेंट, कार्डियोलॉजी, नारायणा हॉस्पिटल, गुरुग्राम व डॉ. दिग्विजय सिंह, कंसल्टेंट, ऑप्थेल्मोलॉजी, धर्मशिला नारायणा सुपरस्पेशिलिटी हॉस्पिटल, दिल्ली जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- आंखों का दिल यानी हार्ट से क्या कनेक्शन है? जवाब- आंखों और हार्ट का कनेक्शन ब्लड वेसल्स के जरिए होता है। इसे पॉइंटर्स से समझते हैं- दोनों ही ऑक्सीजन और पोषक तत्वों के लिए ब्लड सप्लाई पर निर्भर करते हैं। आंखों की रेटिना में बहुत बारीक ब्लड वेसल्स होती हैं। इन्हें सीधे देखा जा सकता है। इसलिए रुटीन आई चेकअप के दौरान हार्ट से जुड़ी कई समस्याएं पकड़ में आ जाती हैं। जैसे- हाई ब्लड प्रेशर, हाई कोलेस्ट्रॉल या धमनियों में प्लाक जमना। ब्लड वेसल्स का सिकुड़ना या डैमेज होना। सवाल- आंखों की कंडीशन से हार्ट डिजीज का पता कैसे चलता है? जवाब- आंखें शरीर का एकमात्र ऐसा हिस्सा हैं, जहां डॉक्टर बिना सर्जरी के ब्लड वेसल्स और नसों को सीधे देख सकते हैं। इसीलिए आई चेकअप को बहुत अहम माना जाता है।कुछ मामलों में आंखों में स्ट्रोक या ब्लड फ्लो से जुड़े हल्के निशान दिख सकते हैं। जिन लोगों को हार्ट डिजीज होती है, उनमें ये बदलाव ज्यादा स्पष्ट और ज्यादा संख्या में दिखते हैं। दरअसल, हार्ट की आर्टरीज में होने वाले बदलाव का असर आंखों की ब्लड वेसल्स पर भी पड़ता है। इसलिए कई बार आंखों की जांच से यह संकेत मिल जाता है कि हार्ट डिजीज का रिस्क बढ़ रहा है। सवाल- हार्ट प्रॉब्लम होने पर आंखों में क्या संकेत दिखते हैं? जवाब- हार्ट आर्टरीज में होने वाले बदलाव का असर आंखों की ब्लड वेसल्स पर भी दिखाई देता है।

01-रेटिना की नसों का सिकुड़ना। 02-नसों का असामान्य मुड़ना / चौड़ा होना। 03-रेटिना में माइक्रो ब्लीडिंग (छोटे रक्तस्राव)। 04-रेटिना की रक्त वाहिकाओं में ब्लॉकेज। 05-रेटिना में सूजन या तरल पदार्थ जमा होना। सवाल- आंखों की कौन-सी जांच से हार्ट से जुड़े संकेत मिल सकते हैं? जवाब- आंखों की कुछ विशेष जांचों में रेटिना और उसकी रक्त वाहिकाओं को विस्तार से देखा जाता है। इनमें प्रमुख हैं- फंडस एग्जामिनेशन, डाइलेटेड रेटिना एग्जामिनेशन, फंडस फोटोग्राफी, ऑप्टिकल कोहेरेंस टोमोग्राफी, जरूरत पड़ने पर ओसीटी एंजियोग्राफीसवाल- रूटीन आई चेकअप से हार्ट डैमेज के रिस्क को कैसे कम किया जा सकता है? जवाब- रूटीन आई चेकअप हार्ट हेल्थ का शुरुआती अलार्म हो सकता है। आंखों के रेटिना में मौजूद ब्लड वेसल्स को देखकर डॉक्टर शरीर की वस्कुलर हेल्थ का अंदाजा लगा लेते हैं। रेटिना में ये संकेत दिख सकते हैं- ब्लड वेसल्स में सिकुड़न, सूजन, ब्लीडिंग या असामान्य बदलाव ये हाई ब्लड प्रेशर, हाई कोलेस्ट्रॉल या हार्ट डिजीज के शुरुआती संकेत हो सकते हैं। ये शुरुआती पहचान ही सबसे अहम होती है। इससे समय रहते-लाइफस्टाइल में बदलाव किए जा सकते हैं। जरूरी ट्रीटमेंट शुरू किया जा सकता है। हार्ट डैमेज के रिस्क को रोका

जा सकता है। सवाल- किस उम्र के बाद रेगुलर आई चेकअप करवाना जरूरी है? जवाब- आमतौर पर 40 की उम्र के बाद हर व्यक्ति को साल में कम-से-कम एक बार आंखों की जांच जरूर करवानी चाहिए क्योंकि- इस उम्र के बाद प्रेस्बायोपिया यानी पास की नजर कमजोर होने की शुरुआत होती है। ग्लूकोमा, मोतियाबिंद और रेटिना से जुड़ी बीमारियों का रिस्क भी बढ़ने लगता है। 30 की उम्र के बाद नियमित आई चेकअप जरूरी है। खासकर अगर डायबिटीज, हाई ब्लड प्रेशर और थायरॉइड हो या फिर परिवार में आई डिजीज की हिस्ट्री हो। अगर स्क्रीन टाइम बहुत ज्यादा है तो भी रेगुलर आई चेकअप जरूरी है। जिन्हें ब्लड वेसल्स से जुड़ी समस्याएं ज्यादा होती हैं, उनमें हार्ट डिजीज का रिस्क ज्यादा होता है। जो स्मोकिंग करते हैं। जिन्हें टाइप-2 डायबिटीज है। जिनके परिवार में हार्ट डिजीज की हिस्ट्री है। जिन्हें हाई ब्लड प्रेशर है। जिनका कोलेस्ट्रॉल हाई है। जिनकी उम्र 40 से ज्यादा हैं। मेनोपॉज के बाद महिलाएं। सवाल- रेटिना में बदलाव दिखने का मतलब क्या हमेशा हार्ट डिजीज होता है? जवाब- नहीं। रेटिना में बदलाव कई दूसरी बीमारियों की वजह से भी हो सकता है, जैसेकि- डायबिटीज, हाई ब्लड प्रेशर, बढ़ती उम्र, रेटिना से जुड़ी बीमारियां, कुछ ऑटोइम्यून बीमारियां, इसलिए रेटिना में बदलाव दिखने पर घबराने की बजाय उसकी वजह जानना जरूरी है। सवाल- आंखों की जांच के बाद किन लोगों को कार्डियोलॉजिस्ट से जरूर मिलना चाहिए? वाब- अगर आई चेकअप में रेटिना की रक्त वाहिकाओं में असामान्य बदलाव दिखे और साथ में इनमें से कोई भी हेल्थ कंडीशन हो तो कार्डियोलॉजिस्ट से जरूर मिलना चाहिए-हाई ब्लड प्रेशर, टाइप-2 डायबिटीज, हाई कोलेस्ट्रॉल, स्मोकिंग, परिवार हार्ट डिजीज की हिस्ट्री, सीने में दर्द, सांस फूलना, बार-बार चक्कर या बेहोशी, सवाल- रोजमर्रा की कौन सी आदतें आंखों को हेल्दी रखने में मदद करती हैं? जवाब- कुछ आसान आदतें अपनाकर आंखों को लंबे समय तक हेल्दी रखा जा सकता है और कई समस्याओं से बचा जा सकता है। लगातार ब्लिंक करते रहें। 20-20-20 रूल अपनाएं। यूवी प्रोटेक्शन सनग्लासेस पहनें। हेल्दी डाइट लें। हाइड्रेटेड रहें। क्वालिटी स्लीप लें। गंदे हाथों से आंखें न छुए। लेंस हाइजीन मेंटेन करें। लक्षणों को इग्नोर न करें। रूटीन चेकअप कराते रहें। (20-20-20 रूल हर 20 मिनट में 20 सेकेंड के लिए 20 फीट दूर देखें।) सवाल- क्या आजकल ैंद भी आंखों की फोटो देखकर हार्ट डिजीज का खतरा बता सकता है? जवाब- हाल के वर्षों में कई रिसर्च में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (AI) आधारित सिस्टम विकसित किए गए हैं, जो रेटिना की तस्वीरों का विश्लेषण करके हार्ट डिजीज के जोखिम का अनुमान लगा सकते हैं। हालांकि यह तकनीक अभी मुख्य रूप से रिसर्च और कुछ विशेष मेडिकल सेंटरों तक सीमित है। इसे सामान्य क्लीनिकल जांच का विकल्प नहीं माना जाता। सवाल- आंखों की किन समस्याओं का हार्ट डिजीज से कोई संबंध नहीं होता? जवाब- आंख की हर समस्या हार्ट से जुड़ी नहीं होती। उदाहरण के लिए- आंखों का सूखापन (ड्राई आई) एलर्जी, आंखों में संक्रमण, चश्मे का नंबर बढ़ना, मोतियाबिंद, सामान्य आंखों की थकान सवाल- हार्ट को हेल्दी कैसे रखें? जवाब- हार्ट दिन-रात बिना रुके काम करता है। इसलिए उसकी सेहत रोजमर्रा की आदतों पर काफी हद तक निर्भर करती है। लाइफस्टाइल में छोटे-छोटे बदलाव हार्ट डिजीज के खतरे को कम करने में बड़ी भूमिका निभा सकते हैं। इसलिए- रोज कम-से-कम 30-45 मिनट वॉक करें। योग या कोई भी फिजिकल एक्टिविटी करें। लंबे समय तक एक जगह बैठे न रहें। हर 30-40 मिनट में थोड़ा मूवमेंट करें। हेल्दी डाइट लें। ज्यादा नमक, शक्कर और अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड न खाएं। स्मोकिंग न करें। शराब न पिएं। स्ट्रेस कंट्रोल करें। मेडिटेशन और डीप ब्रीदिंग करें। रोज 7-8 घंटे की क्वालिटी नींद



लें। वजन, ब्लड प्रेशर, ब्लड शुगर और कोलेस्ट्रॉल को कंट्रोल में रखें। साल में एक बार हेल्थ चेकअप जरूर करवाएं। सवाल- आइज और हार्ट को हेल्दी रखने के लिए हमारी डाइट कैसी होनी चाहिए? जवाब- दोनों ऑर्गन्स के अच्छे स्वास्थ्य के लिए बैलेंस्ड और हेल्दी डाइट जरूरी है। हेल्दी हार्ट के लिए ये खाये-हरी पत्तेदार सब्जियां, विटामिन ए रिच फूड, विटामिन-सी, नट्स/सीट्स, साबुत अनाज, हाई फाइबर फूड, पर्याप्त हाइड्रेशन, ये न खाएंः- ज्यादा नमक, शुगरी ड्रिंक्स, जंक फूड, अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड, फ्राइड फूड, कुछ लक्षण गंभीर हेल्थ कंडीशन के संकेत हो सकते हैं। इनके दिखने पर डॉक्टर से जरूर कंसल्ट करें। जैसे कि-आंख के वॉर्निंग साइनः-धुंधला दिखना। पलकों पर पीले/सफेद उभार। कॉर्निया के पास ग्रे/सफेद रिंग। ब्लड वेसल्स में बदलाव। काले धब्बे/फ्लोटर्स दिखना।

ब्राजील फुटबॉल वर्ल्ड कप से बाहर, नॉर्वे ने 2-1 से हराया, नेमार ने रिटायरमेंट लिया

न्यू जर्सी। 5 बार का चैंपियन ब्राजील फुटबॉल वर्ल्ड कप से

बाहर हो गया। नॉर्वे ने सोमवार को प्री क्वार्टर फाइनल में ब्राजील को 2-1 से हराया। नॉर्वे पहली बार क्वार्टर फाइनल में पहुंचा है।

अब उसका मुकाबला इंग्लैंड से होगा। इंग्लिश टीम ने मेजबान

मैक्सिको को 3-2 से हराकर क्वार्टर फाइनल में जगह बनाई।

ब्राजील के स्टार फुटबॉलर नेमार ने इस हार के बाद संन्यास ले लिया। उन्होंने अमेरिका के न्यू जर्सी स्टेडियम में खेले गए इस मुकाबले में ब्राजील की ओर से एकमात्र गोल किया। नॉर्वे की ओर से दोनों गोल एरलिंग हालैंड ने दागे। 34 साल नेमार ने कहा, 'मैंने पूरी कोशिश की। मेरा सफर यहीं से शुरू हुआ था और अब यहीं खत्म हो गया। ब्राजील के लिए मेरा अध्याय अब खत्म हो चुका है।' उन्होंने 2010 में इसी मैदान (तत्कालीन मेटलाइफ स्टेडियम) पर अमेरिका के खिलाफ ब्राजील के लिए डेब्यू किया था। पेनल्टी पर गोल नहीं कर सका ब्राजीलः-ब्राजील के पास पहले हाफ में 15वें मिनट के करीब बढ़त लेने का मौका मिला। वीडियो असिस्ट रीव्यू यानी वीएआर के बाद टीम को पेनल्टी मिली, लेकिन ब्रूनो गुइमारेस का शॉट नॉर्वे के गोलकीपर ऑर्जन नीलैंड ने डाइव लगाकर रोक दिया। नीलैंड ने गेब्रियल मार्टिनेली और विनीसियस जूनियर की कोशिशें नाकाम कीं और पहले हाफ में स्कोर 0-0 बनाए रखा। हालैंड ने 72वें मिनट में पहला गोल कियाः- दूसरे हाफ में ब्राजील के युवा स्ट्राइकर एंड्रिक ने आसान मौका गंवाया। इसके बाद नॉर्वे ने जवाबी हमला बोला। 72वें मिनट में एंड्रियास शेल्डरप ने बाएं छोर से बेहतरीन क्रॉस दिया, जिस पर हालैंड ने जोरदार हेडर लगाकर नॉर्वे को 1-0 की बढ़त दिलाई। इंजरी टाइम से ठीक पहले हालैंड ने दूसरा गोल करते हुए डिफेंडर डेनिलो के पैरों के बीच से गेंद निकालकर गोल दागा और स्कोर 2-0 कर दिया। यह इस टूर्नामेंट में उनका छठा और सातवां गोल रहा। इसके साथ ही वह गोल्डन बूट की दौड़ में लियोनेल मेसी और किलियन एमबाप्पे की बराबरी पर पहुंच गए। नेमार ने एक गोल किएः-इंजरी टाइम के 10वें मिनट में नेमार ने पेनल्टी पर गोल कर स्कोर 2-1 जरूर किया, लेकिन तब तक बहुत देर हो चुकी थी। यह गोल सिर्फ हार का अंतर कम कर सका।

ब्राजील 1990 के बाद पहली बार वर्ल्ड कप से इतने शुरुआती चरण में बाहर हुआ। नेमार का इंटरनेशनल करियर खत्म- लगातार चोटों से जूझ रहे नेमार इस वर्ल्ड कप में सिर्फ दो मैच खेल सके। नॉर्वे के खिलाफ वे दूसरे हाफ में उतरे और पेनल्टी पर गोल किया। ब्राजील के कप्तान मार्किन्योस ने कहा, 'अब नई पीढ़ी के खिलाड़ियों का समय है। हमें उम्मीद है कि ब्राजील के फैंस उन्हें धैर्य और पूरा समर्थन देंगे।' 4 वर्ल्ड कप में गोल करने की पेले की बराबरी की-नेमार ने 130 इंटरनेशनल मैच खेले हैं। ब्राजील के लिए उनसे ज्यादा मैच सिर्फ काफू (142) ने खेले। अपने अंतिम मैच में गोल कर नेमार ने दिग्गज पेले के एक रिकॉर्ड की बराबरी भी कर ली है। दोनों खिलाड़ियों ने 4-4 फीफा वर्ल्ड कप में गोल किए हैं। नेमार अंतरराष्ट्रीय गोल करने के मामले में पेले से तीन गोल आगे हैं। पेले के नाम 77 गोल हैं।

जबकि नेमान के नाम 80 गोल हैं। ब्राजील लगातार छठे वर्ल्ड कप में यूरोपीय टीम से हारा-ये लगातार छठा फीफा वर्ल्ड कप है, जब ब्राजील किसी यूरोपीय टीम से हारा। 2006 में वह फ्रांस, 2010 में नीदरलैंड, 2014 में जर्मनी, 2018 में बेल्जियम, 2022 में क्रोशिया और 2026 में नॉर्वे से हारकर बाहर हुआ। इंग्लैंड लगातार तीसरी बार क्वार्टरफाइनल में-फीफा वर्ल्ड कप 2026 के प्री-क्वार्टर फाइनल में इंग्लैंड ने मेजबान मेक्सिको को 3-2 से हराकर लगातार तीसरी बार क्वार्टरफाइनल में जगह बना ली। दूसरे हाफ में जरेल क्वांसा के रेड कार्ड के बाद इंग्लैंड ने करीब 35 मिनट 10 खिलाड़ियों के साथ खेला, लेकिन बढ़त बरकरार रखी। जूड बेलिंगहैम ने 36वें और 38वें मिनट में लगातार दो गोल कर इंग्लैंड को 2-0 की बढ़त दिलाई। हाफ टाइम से पहले जूलियन क्विनोनेस ने मेक्सिको के लिए एक गोल कर स्कोर 2-1 कर दिया। 54वें मिनट में क्वांसा को रेड कार्ड मिला। इसके बावजूद 60वें मिनट में हैरी केन ने पेनल्टी पर गोल कर इंग्लैंड की बढ़त 3-1 कर दी। 69वें मिनट में राउल जिमेनेज ने पेनल्टी पर गोल कर अंतर 3-2 किया, लेकिन मेक्सिको बराबरी नहीं कर सका। क्वांसा वर्ल्ड कप में रेड कार्ड पाने वाले इंग्लैंड के चौथे खिलाड़ी बने। उनसे पहले 1986 में रे विल्किंस, 1998 में डेविड बेकहम और 2006 में वेन रूनी को वर्ल्ड कप में रेड कार्ड मिला था। 2006 के बाद यह पहला मौका है जब किसी इंग्लैंड खिलाड़ी को टूर्नामेंट में बाहर भेजा गया। वहीं, मैक्सिको 1986 के बाद आठवीं बार प्री-क्वार्टर फाइनल से आगे नहीं बढ़ पाया।

बच्चों को ऐसी दुनिया से बचाइए, जो काम से ज्यादा दिखावे को महत्व देती है

हमारे बच्चे और टीनेजर्स आज जितनी बड़ी संख्या में भावनात्मक तनावों का सामना कर रहे हैं, उनसे पार पाना मुश्किल लग सकता है। इनमें नींद की कमी, एकेडमिक प्रेशर और अकेलापन जैसी चीजें शामिल हैं। लेकिन दुनिया में जिस समस्या का इलाज करा रहे युवाओं की संख्या बढ़ रही है, वह है- एंग्जायटी। और यही पैरेंट्स की भी सबसे बड़ी चिंता है। एंग्जायटी से जूझ रहे बच्चे अकसर चीजों से बचते हैं, अलगाव का अत्यधिक भय दिखाते हैं या चिपके रहते हैं। बार-बार पेटदर्द जैसी परेशानियों की शिकायत करते हैं, जिनका कोई स्पष्ट कारण नहीं होता। अचानक गुस्सा हो जाते हैं। आमतौर पर ऐसे बच्चे बार-बार भरोसा मांगते हैं। इस बारे में बहुत-से विशेषज्ञों की सलाह का कलेक्शन यहां पेश है। इन्टेंसिव पैरेंटिंग बंद करें: हम 'हेलीकॉप्टर पैरेंटिंग' के दौर में जी रहे हैं, जहां पैरेंट हमेशा बच्चे पर नजर रखते हैं। संस्कृति हम पर दबाव डाल रही है कि अच्छे पैरेंट्स बच्चे के जीवन में संघर्ष आने ही नहीं देते। ऐसी पैरेंटिंग का एक कारण सुरक्षा चिंताएं भी हो सकती हैं। हाल ही में एक छोटे बच्चे के शारीरिक उत्पीड़न का वीडियो वायरल होने के बाद बेंगलुरु के ब्रूकफील्ड स्थित कैपजेमिनी के एचएएल कैंपस की क्रेच के दो केयरगिवर्स को गिरफ्तार किया गया। लेकिन दुर्भाग्य से पैरेंट्स जितनी 'ओवर पैरेंटिंग' करते हैं, बच्चा उतना ही कम क्षमतावान हो जाता है। 3 साल का बच्चा भी कठिन कार्य कर सकता है: मैंने देखा है कि बच्चों के लिए म्यूजिक या डांस की पहली क्लास डरावनी होती है। वे रोते हैं और मां को छोड़कर दूसरे किसी ग्रुप में जाने से इनकार करते हैं। लेकिन उन मांओं को भरोसा होता है कि बच्चा यह कर सकता है। उनमें से ज्यादातर कहती हैं कि 'अभी यह मुश्किल लग रहा है, क्योंकि तुमने पहले कभी नहीं किया। लेकिन मम्मा जानती है कि तुम कर सकते हो।' ये सुनते ही बच्चे तुरंत डांस नहीं करने लगते। बल्कि, कई हफ्तों तक क्लासरूम के दरवाजे पर खड़े रहते हैं। फिर धीरे-धीरे शांत होकर क्लास जॉइन कर लेते हैं। यही नियम तब भी लागू होता है, जब वे स्कूल जाने से मना करते हैं। भावनाएं तथ्य नहीं होतीं: जब बच्चा परेशान हो तो पैरेंट के तौर पर आपको भी परेशान नहीं होना चाहिए। जब आप प्यार से कहते हैं, 'ओह, क्या तुम्हें यह काम करने में बुरा लग रहा है' तो बच्चे की एंग्जायटी और बढ़ती है। उन्हें 'असहज और असुरक्षित' महसूस होता है, जिससे उनके मन में भावना आती है कि 'मैं यह नहीं कर सकता' या 'यह मेरे लिए नहीं है।' इसलिए हमेशा भावनाओं और तथ्यों में फर्क करने का प्रयास करें। एकेडमिक प्रेशर दुश्मन है: बहुत से लोग मानते हैं कि किसी भी स्कूल में नंबर ही सबसे कीमती हैं। बच्चों से ज्यादा पैरेंट्स उनके नंबरों में रुचि लेते हैं और इसीलिए वे उनके होमवर्क को भी बारीकी से प्रबंधित करने लगते हैं। यदि आप होमवर्क में दखल देना बंद करें तो बच्चे ज्यादा मोटिवेटेड और एंगेज्ड महसूस करेंगे। बच्चों की पढ़ाई में पैरेंट्स को खुद ही मुख्य कर्ता-धर्ता बनने के बजाय सपोर्टिव रोल निभाना चाहिए। अकेलापन बड़ी समस्या है: खराब मानसिक स्वास्थ्य का मुख्य कारण यही है। बच्चों के दोस्तों को घर बुलाकर इससे निपटने में उनकी मदद करें। स्क्रीन से कनेक्ट होने के बजाय उन्हें दोस्तों से जुड़ने दें। चूंकि बच्चों को ऊर्जा खर्च करने की जरूरत होती है, इसलिए उन्हें स्पोर्ट्स, क्लाइम्बिंग, टहलने, मार्शल आर्ट्स, डांस, साइक्लिंग और एक्सरसाइज के लिए प्रेरित करें। स्क्रीन कभी ऐसे अनुभव नहीं दे सकती। ये तनाव घटाने, साहस विकसित करने और असहजता को सहन कर सकने के शारीरिक तरीके हैं। आप देखेंगे कि उनकी काबिलियत बढ़ रही है। उनसे लगातार बात करते रहिए। मसलन, कॉलोनी के आसपास टहलते हुए उन्हें बताइए कि आपके बचपन में इस इलाके में कितने पेड़ होते थे। कैसे आप उन पर चढ़ते थे और उनके नाम क्या थे। उन्हें अपने बचपन के किस्से भी सुनाएं। फंडा यह है कि अपने बच्चों को ऐसी दुनिया से बचाइए, जो काम से ज्यादा दिखावे को महत्व देती है। उन्हें कन्ज्यूमिंग, स्क्रॉलिंग या सिर्फ सफलता की बातें करने के बजाय कुछ करने, बनाने और समस्याएं सुलझाने का महत्व बताइए। भविष्य में महज देखने या बातचीत करने वालों की तुलना में हमेशा वो लोग आगे रहेंगे, जो कुछ करते हैं। एन. रघुरामन

चरणामृत और पंचामृत से जुड़ी मान्यताएं, चरणामृत जल से बनाते हैं, जानिए पंचामृत बनाने के लिए किन चीजों का इस्तेमाल करें

मंदिरों में पूजा के बाद प्रसाद के रूप में चरणामृत और पंचामृत खासतौर पर दिया जाता है। ये दोनों अलग-अलग चीजें हैं और इन्हें बनाने की विधि भी अलग है। चरणामृत और पंचामृत से धर्म लाभ के साथ ही स्वास्थ्य लाभ भी मिलते हैं। चरणामृत जल से बनता है और पंचामृत दूध, दही, घी, शहद और मिश्री या शक्कर मिलाकर बनाया जाता है। उज्जैन के ज्योतिषाचार्य पं. मनीष शर्मा के मुताबिक, चरणामृत का अर्थ है भगवान के चरणों का अमृत। पूजा करते समय भगवान के चरणों में तांबे के बर्तन से शुद्ध जल अर्पित किया जाता है। इस जल में तुलसी के पत्ते भी मिलाए जाते हैं। भगवान के चरणों पर अर्पित किया हुआ जल चरणामृत बन जाता है। श्रद्धा भाव से भक्त इसे पीते हैं। आयुर्वेद के अनुसार, तांबे के बर्तन में रखे तुलसी मिश्रित जल में औषधीय गुण आ जाते हैं। इस जल का नियमित रूप से लंबे समय तक सेवन करने से हमें स्वास्थ्य लाभ मिल सकते हैं। तांबे के बर्तन में रखा जल स्वास्थ्य के लाभदायक माना जाता है। तुलसी के गुण हमारी रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाते हैं। कैसे बनाते हैं पंचामृत:-पंचामृत का अर्थ है- पंच अमृत यानी पांच प्रकार के अमृत। इसे दूध, दही, घी, शहद, मिश्री या शक्कर मिलाकर बनाया जाता है। पंचामृत से भगवान का अभिषेक भी किया जाता है, मूर्ति को स्नान कराया जाता है। कई लोग पंचामृत में तुलसी दल, केसर, इलायची, सूखे मेवे और गंगाजल भी मिला लेते हैं। पंचामृत से अभिषेक करने के लिए सबसे पहले अपने इष्टदेव के सामने दीपक और धूप जलाकर भगवान का ध्यान करें। पहले शुद्ध जल से भगवान की प्रतिमा को स्नान कराएं। जल के बाद धीरे-धीरे पंचामृत भगवान की मूर्ति या शिवलिंग पर अर्पित करें। इस दौरान अपने इष्ट देव के मंत्र का जप करें। जैसे शिव जी के लिए- ॐ नमः शिवाय, विष्णु जी के लिए - ॐ नमो नारायणाय, ऊँ नमो भगवते वासुदेवाय, गणेश जी के लिए- ॐ गं गणपतये नमः, श्रीकृष्ण के लिए - कृं कृष्णाय नमः, श्रीराम के लिए - रां रामाय नमः, हनुमान जी के लिए - ॐ रामदूताय नमः का जप कर सकते हैं। पंचामृत अभिषेक के बाद फिर से जल से भगवान को स्नान कराएं। इसके बाद भगवान की प्रतिमा को स्वच्छ कपड़े से साफ करें। चंदन, हार-फूल, चावल, धूप, दीप और नैवेद्य अर्पित करें। मिठाई का भोग लगाएं, प्रसाद में चरणामृत और पंचामृत भी रखें। आरती करें। पूजा के बाद चरणामृत, पंचामृत, मिठाई प्रसाद के रूप में अन्य भक्तों को बांटें और खुद भी लें। पंचामृत के पांचों तत्वों का धार्मिक महत्व:-दूध - पवित्रता, सात्विकता और मातृत्व का प्रतीक है। दही - समृद्धि, स्वास्थ्य और शक्ति का प्रतीक है। घी - तेज, यज्ञ, ज्ञान और दिव्यता का प्रतीक है। शहद - मधुरता, एकता और सौहार्द का प्रतीक है। मिश्री या शक्कर - आनंद, सुख और शुभ फल का प्रतीक है। चरणामृत और पंचामृत में अंतर:- बहुत से लोग चरणामृत और पंचामृत को एक ही मान लेते हैं, जबकि दोनों में अंतर है। पंचामृत वह मिश्रण है जो पांच पवित्र चीजों से तैयार किया जाता है। मुख्य रूप से इसका इस्तेमाल देवताओं के अभिषेक में होता है और बाद में इसे प्रसाद के रूप में वितरित किया जाता है। चरणामृत वह पवित्र जल है जो भगवान के चरणों का स्पर्श कर चुका होता है। कई मंदिरों में अभिषेक के बाद प्राप्त पंचामृत ही चरणामृत बन जाता है, जबकि कई स्थानों पर चरणामृत अलग से जल, तुलसी और अन्य पवित्र सामग्री के साथ तैयार किया जाता है। इसलिए हर पंचामृत चरणामृत नहीं होता, लेकिन अभिषेक के बाद पंचामृत को चरणामृत का स्वरूप मान लिया जाता है। चरणामृत और पंचामृत पीने के धार्मिक लाभ - मान्यता है कि पंचामृत का सेवन करने से ईश्वर की कृपा प्राप्त होती है। पूजा और व्रत का पूर्ण फल मिलता है। मन में शांति और सकारात्मकता आती है। पं. शर्मा कहते हैं कि आयुर्वेद के अनुसार, पंचामृत में इस्तेमाल की जाने वाली चीजें पौष्टिक मानी जाती हैं। दूध और दही कैल्शियम और प्रोटीन के स्रोत हैं। घी ऊर्जा और वसा प्रदान करता है। शहद में प्राकृतिक शर्करा होती है और मिश्री स्वाद के साथ ऊर्जा भी देती है। हालांकि, यह कोई औषधि नहीं है और इसके स्वास्थ्य लाभ व्यक्ति की आयु, स्वास्थ्य स्थिति और सेवन की मात्रा पर निर्भर करते हैं।

कथा: व्यापारी को सेवक की एक सीख,एक छोटी-सी गलती हमारी वर्षों की मेहनत पर पानी फेर देती हैं, हर स्थिति में विनम्रता बनाए रखनी चाहिए

एक लोक कथा है। किसी राज्य में एक अत्यंत कुशल व्यापारी था। उसकी बुद्धिमानी, ईमानदारी और प्रबंधन क्षमता अद्भुत थी। राजा भी उसकी योग्यता से प्रभावित था, इसलिए उसने उसे पूरे राज्य का प्रशासक बना दिया। व्यापारी ने अपनी कार्यशैली से न केवल राजा का विश्वास जीता, बल्कि आम जनता का जीवन भी बेहतर बना दिया। उसकी लोकप्रियता दिन-प्रतिदिन बढ़ती गई। कुछ समय बाद व्यापारी की पुत्री का विवाह हो रहा था। व्यापारी ने इस अवसर को यादगार बनाने के लिए भव्य भोज रखा, जिसमें राजपरिवार से लेकर सामान्य नागरिक तक सभी को आमंत्रित किया गया। हर अतिथि का सम्मानपूर्वक स्वागत हुआ और उन्हें उपहार भेंट किए गए। भोज में राजमहल का एक साधारण सेवक, जो महल में सफाई का कार्य करता था, अनजाने में उस आसन पर बैठ गया जो राजपरिवार के लिए था। यह देखकर व्यापारी का क्रोध फूट पड़ा। उसने सबके सामने सेवक की गर्दन पकड़कर उसे अपमानित किया और धक्के देकर बाहर निकलवा दिया। अपमान की आग सेवक के मन में गहराई तक उतर गई। कुछ दिनों बाद वही सेवक राजा के कक्ष की सफाई कर रहा था। राजा अर्धनिद्रा में था। तभी सेवक धीरे-धीरे बड़बड़ाने लगा कि व्यापारी ने रानी के साथ अनुचित व्यवहार किया है। ये सुनते ही राजा चौंक उठा और उससे सत्य पूछा। सेवक ने तुरंत माफी मांगते हुए कहा कि रातभर जागने के कारण वह नींद में कुछ भी बोल रहा था। राजा ने बात वहीं समाप्त कर दी, लेकिन उसके मन में संदेह का बीज पड़ चुका था। परिणामस्वरूप व्यापारी के अधिकार सीमित कर दिए गए और महल में उसके प्रवेश पर रोक लगा दी गई। अगले दिन जब व्यापारी महल में आया तो उसे सैनिकों ने रोक दिया। यह देख कर व्यापारी बहुत हैरान हुआ। पास ही वही सेवक खड़ा हुआ था, उसने मजे लेते हुए कहा कि सैनिकों, जानते नहीं ये कौन हैं? और तुम्हें इस राज महल से बाहर फिंकवा सकते हैं, जैसा इन्होंने मेरे साथ किया था। यह बात सुनते ही व्यापारी को पूरी बात समझ आ गई। जब व्यापारी को इसका कारण समझ आया, तो उसने अहंकार छोड़कर उसी सेवक को अपने घर बुलाया। उसका आदर-सत्कार किया, उपहार दिए और सार्वजनिक अपमान के लिए विनम्रता से क्षमा मांगी। व्यापारी की सच्ची पश्चाताप भावना देखकर सेवक का मन बदल गया। उसने व्यापारी से कहा कि चिंता मत कीजिए, मैं आपको आपका सम्मान फिर से दिला दूंगा। अगले दिन उस सेवक ने फिर राजा की अर्धनिद्रा के समय वही पुराना तरीका अपनाया और इस बार राजा के बारे में एक हास्यास्पद बात बड़बड़ाई। राजा तुरंत समझ गया कि जैसे यह मेरे बारे में झूठ बोल सकता है, वैसे ही व्यापारी के बारे में भी झूठ ही बोला होगा। राजा को अपनी भूल का एहसास हुआ। अगले ही दिन उसने व्यापारी की प्रतिष्ठा और अधिकार पूरी तरह फिर से लौटा दिए। प्रसंग की सीख:-सभी का सम्मान करें - किसी का पद छोटा हो सकता है, लेकिन उसका आत्मसम्मान कभी छोटा नहीं होता। यदि हम लोगों का सम्मान करते हैं, तो वे भी हमारा साथ देते हैं। हमें सभी का सम्मान करना चाहिए। गुस्से में लिया गया निर्णय महंगा पड़ सकता है - व्यापारी ने केवल कुछ क्षण के क्रोध में सेवक का अपमान कर दिया, जिसकी कीमत उसे अपनी प्रतिष्ठा खोकर चुकानी पड़ी। इसलिए प्रतिक्रिया देने से पहले परिस्थिति को समझना आवश्यक है।रिश्ते शक्ति से नहीं, प्रेम से बनते हैं - नेतृत्व का अर्थ केवल आदेश देना नहीं है, बल्कि सभी के साथ सम्मान से पेश आना है। एक अच्छा नेता वही होता है जो सबसे छोटे कर्मचारी की भी कद्र करता है। रिश्ते शक्ति से नहीं, प्रेम से पेश आने से बनते हैं। अफवाहों और संदेहों से बचें - राजा ने बिना प्रमाण के व्यापारी पर संदेह कर लिया। जीवन में किसी भी निर्णय पर पहुंचने से पहले तथ्यों की जांच जरूर करें। अधूरी जानकारी अक्सर गलत फैसलों की वजह बनती है।गलती स्वीकार करना कमजोरी नहीं है - व्यापारी ने अहंकार छोड़कर सेवक से क्षमा मांगी। यही कदम उसकी प्रतिष्ठा वापस लाने का कारण बना। अपनी गलती स्वीकार करना कमजोरी नहीं, बल्कि परिपक्वता और आत्मविश्वास का संकेत है। क्षमा रिश्तों को नया जीवन देती है - यदि सेवक मन में बदले की भावना बनाए रखता, तो विवाद और बढ़ता। लेकिन उसने व्यापारी को क्षमा करके स्थिति को बदल दिया। क्षमा केवल दूसरे को नहीं, स्वयं को भी शांति देती है। प्रतिष्ठा वर्षों में बनती है, लेकिन कुछ पलों में बिगड़ सकती है - एक छोटी-सी असावधानी या अपमानजनक व्यवहार हमारी वर्षों की मेहनत पर पानी फेर सकता है। इसलिए हर परिस्थिति में संयम और विनम्रता बनाए रखना जरूरी है।

बच्चे को अकेला ही कर रही परफेक्ट जिंदगी देने की जिद,भाई-बहन न होने से अहम बातें साझा नहीं होतीं, रूठने-मनाने में भी कमजोर

द न्यू यॉर्क टाइम्स। पैरेंटिंग को लेकर दुनियाभर में लोगों का नजरिया तेजी से बदल रहा है।

दंपती अब एक ही बच्चा चाहते हैं। उन्हें लगता है कि एक बच्चा होगा तो वे उसे हर खुशी, बढ़िया पढ़ाई और ऐशो-आराम दे पाएंगे। लेकिन कभी सोचा है कि ऐसा करके बच्चों को ऐसे एकांत की तरफ धकेल रहे हैं, जहां उनके पास दिल की बात साझा करने के लिए भाई या बहन ही नहीं है...? अमेरिका से लेकर यूरोप तक इकलौते बच्चे वाले परिवारों की तादाद दोगुनी हो चुकी है। प्रजनन दर रिकॉर्ड स्तर पर गिर चुकी है। पर इस 'क्वालिटी पैरेंटिंग' के फेर में सबसे खूबसूरत चीज घरों से ओझल हो गई है...भाई-बहनों की प्यारी नोकझोंक, तकिए की लड़ाई और एक-दूसरे का साथ। एक्सपर्ट इसे 'सिबलिंग स्कूल' का गुम हो जाना बताते हैं। अमेरिका में हुई स्टडी में पांच या अधिक बच्चों वाली माताओं ने बताया- एक बच्चे की तुलना में पांच बच्चों की परवरिश आसान है, क्योंकि उनमें अच्छे संस्कार और चरित्र का विकास सहज रूप से हो जाता है।इस स्टडी का नेतृत्व चर्चित अमेरिकी अर्थशास्त्री डॉ. कैथरीन पकालुक ने किया। वे कहती हैं,'इसकी वजह दिलचस्प है- घर में एक से ज्यादा बच्चे होते हैं, तो वे स्वाभाविक रूप से शेयरिंग व केयरिंग सीख जाते हैं। खिलौने साझा करना, रिमोट के लिए झगड़ना और फिर खुद ही मान जाना उनकी आदत बन जाती है। बड़े भाई-बहन खेल-खेल में छोटे बच्चों की देखभाल जैसे- डायपर बदलना, सुलाना और संभालना सीखते हैं। यही माहौल उन्हें बचपन से जिम्मेदार, धैर्यवान और दूसरों की परवाह करने वाला इंसान बना देता है। बच्चों का आपसी प्यार थेरेपी से असरदार:- एकल बच्चों में तनाव, एंग्जायटी और डिप्रेशन बढ़ रहा है। इसके लिए स्मार्टफोन व सोशल मीडिया को दोष देते हैं, पर असल वजह उनके 'कमरों का सन्नाटा' है। लॉस एंजेलिस की महिला बताती हैं कि उनका बेटा तनाव से जूझ रहा था, दवाइयां असर नहीं कर रही थीं। छोटी बहन के जन्म के बाद, उसे गोद में लेने से ही उसकी एंग्जायटी खत्म हो गई।' एक्सपर्ट कहते हैं,'छोटे बच्चे का बिना शर्त प्यार कई बार थेरेपी से ज्यादा मददगार व असरदार होता है।' बच्चे ही एक-दूसरे को बेहतर तरीके से गढ़ते हैं: एक्सपर्ट डॉ. कैथरीन कहती हैं,'आजकल पैरेंट्स बच्चों को सामाजिक बनाने के लिए समर कैंप, स्पोर्ट्स क्लब व एक्टिविटी पर लाखों खर्च करते हैं, जबकि यह सब कुछ भरा-पूरा परिवार बच्चों को घर में ही मुफ्त सिखा देता था। बचपन के शुरुआती 2-3 साल मुश्किल जरूर होते हैं, पर जीवनभर संबल देने वाला भाई-बहन का रिश्ता अमूल्य है। पैरेंट्स कितने भी संसाधन जुटा लें, वे भाई-बहन की कमी पूरी नहीं कर सकते। बड़े परिवारों में बच्चों को संस्कार व व्यावहारिक सीख सहज रूप से मिलते हैं, जैसे बगीचे में पेड़-पौधे एक-दूसरे की छांव में बढ़ते हैं। शुरुआती कठिन वर्षों से घबराएं नहीं, क्योंकि बच्चे ही एक-दूसरे को सबसे बेहतर तरीके से गढ़ते हैं।

दिखावे के दौर में पैसे बचाना सबसे बड़ा हुनर

आने वाली 28 अगस्त को मेरे परिवार में एक शादी है। वेन्यू है चेन्नई से 300 किमी दूर कुंभकोणम। सभी रिश्तेदारों को अटेंड करने का औसत खर्च इतना बढ़ चुका है कि यह उन्हें शिरकत करने से रोक रहा है। देखा जाए तो हमारे भारतीय समाज में

दो महीने पहले ही बता दिया गया है। ताकि वे समय रहते ट्रेन टिकट सुरक्षित कर सकें। लेकिन बात तब बिगड़ने लगी जब लंबा समय और बजट का गणित आपस में टकराने लगा। मुंबई से वहां तक की ट्रेन यात्रा 35 घंटे की है। बुजुर्गों के लिए इतनी लंबी यात्रा किसी जद्दोजहद से कम नहीं है। लिहाजा, ज्यादातर ने नजदीकी एयरपोर्ट तिरुचिरापल्ली के लिए फ्लाइट लेने का मन बनाया। लेकिन असली ड्रामा तब शुरू हुआ जब फैमिली वॉट्सएप ग्रुप पर शादी का कार्ड आया। कार्ड आते ही बधाई संदेशों की जगह ग्रुप पर इस बात की माथापच्ची होने लगी कि मुंबई से तिरुचिरापल्ली का टिकट 16,000 का है। अब जरा मेहमान का पूरा खर्च समझिए- सोलह हजार की फ्लाइट, एयरपोर्ट से वेन्यू तक 2,500 की टैक्सी, किसी बजट होटल में दो दिन रुकने का चार हजार और दो हजार के अन्य फुटकर खर्चे। इस सब के ऊपर से शगुन अलग। नतीजा यह हुआ कि इन खर्चों ने शादी की खुशियों को दबा दिया। ग्रुप पर ज्यादातर रिश्तेदारों ने अब तक आने की हामी नहीं भरी है। आज के दौर में मिडिल क्लास के लिए शादी शादियां सामाजिक दायित्व की सबसे बड़ी करेंसी बन चुकी हैं। अगर आप परिवार की किसी शादी में नहीं जाते, तो आप बुजुर्गों के उस 'सोशल बॉयकॉट' का रिस्क ले रहे होते हैं जो छह-छह महीने आपसे बात नहीं करते। हमारे रिश्तेदारों के दिमाग में एक बहीखाता चलता है, जिसमें किसने किसकी शादी में हाजिरी लगाई और किसने कितना शगुन दिया, इसका पूरा हिसाब दशकों तक रखा जाता है। आज दिक्कत यह है कि मेजबान इंस्टाग्राम पर परफेक्ट दिखने वाली 'फेयरीटेल वेडिंग' के पीछे भाग रहे हैं, लेकिन कीमत मेहमानों को चुकानी पड़ रही है। बदनामी के इसी डर से कई बुजुर्ग शरीर को कष्ट देकर थकाऊ रास्तों से सफर करने को मजबूर हैं ताकि वे गॉसिप का विषय न बनें। मैनेजमेंट टिप: मोगरे के फूलों की खुशबू, सोशल मीडिया की तस्वीरों का हिस्सा बनने के लिए बजट न बिगाड़ें। दिखावे के दौर में अपनी जेब और मानसिक शांति को बचाना सबसे बड़ा एसेट मैनेजमेंट है। शादी में खुद जाने के बजाय उपयोगी उपहार भेज दें, जो नए जोड़े के काम आए, आपके स्वाभिमान को सुरक्षित रखे। एन. रघुरामन

भारत को तेल बेचने वाला रूस, अब तेल खरीदने पर क्यों बैकस्टेप

मॉस्को/नयी दिल्ली।यानी 17फीसदी की गिरावट। अगस्त 2025 से अब तक रूस को 13.5 बिलियन डॉलर का नुकसान हुआ है। रूस के 83 में से 55 से ज्यादा इलाकों में पेट्रोल-डीजल की बिक्री फिर ये सारा तेल सिंगापुर, यूएई के फुजैरा या यूरोप के रोटरडैम जैसे बड़े बंदरगाहों पर ले जाते हैं। यहां कई बार अलग-अलग देशों का तेल मिक्स भी किया जाता है। फिर जब रूस या किसी अन्य देश और एनालिस्ट क्रिस वेफर कहते हैं, 'रूस में फ्यूल का स्टोरेज पर्याप्त है, लेकिन दिक्कत ये है कि ये गलत जगह पर है। जिन इलाकों में फ्यूल की कमी है, वहां सप्लाई रातोंरात नहीं हो सकती। इस बड़े सैटेलाइट नेविगेशन के बजाय, एफपी-1 ड्रोन स्टारलिंक कनेक्शन से लैस हैं। इससे इन्हें हमले के लास्ट फेज तक गाइड किया जा सकता है। ऐसे में इन्हें मार गिराना मुश्किल है। यूक्रेन ड्रोन में अमेरिकी

पर पाबंदियां लग चुकी हैं। रूस की सरकारी तेल कंपनियों ने अभी फ्यूल प्राइस नहीं बढ़ाए हैं, लेकिन निजी पेट्रोल पंपों पर कीमतें बढ़ गई हैं। तेल रिफाइन करने की क्षमता कम होने का असर उन इलाकों में भी है, जहां यूक्रेन ने रिफाइनरी पर अटैक नहीं किया है। रूस में साइबेरिया के ओम्स्क इलाके में पूरे साइबेरिया की सबसे बड़ी रिफाइनरी है, लेकिन उस पर कोई हमला नहीं हुआ है। इसके बावजूद यहां लोग सिर्फ 40 लीटर तक पेट्रोल खरीद सकते हैं। साइबेरिया के जबायकाल्स्की इलाके में कचरा उठाने वाली कंपनी ने काम बंद कर दिया है। यहां बस सर्विस में कटौती की गई है। रूस के शहर इरकुत्स्क में फ्यूल की कमी से पब्लिक ट्रांसपोर्ट महंगा हो गया है। पेट्रोल पंपों के बाहर इतनी लंबी लाइनें लगीं कि लोगों के लिए पोर्टेबल टॉयलेट की व्यवस्था करनी पड़ी। इस स्थिति से निपटने में भारत रूस की मदद कर रहा है? भारत असल में रॉयटर्स के मुताबिक, भारतीय तेल कंपनी नायरा एनर्जी ने 1 जुलाई को पेट्रोल के 2 टैंकर रूस भेजे हैं। इन टैंकरों में करीब 60,000 मीट्रिक टन पेट्रोल है। नायरा एनर्जी में रूस की सरकारी तेल कंपनी रोसनेफ्ट की 49फीसदी हिस्सेदारी है। हालांकि नायरा ने टैंकर भेजने की पुष्टि नहीं की है। रूसी सरकार के प्रवक्ता दिमित्री पेस्कोव ने कहा है कि रूस कई दशकों बाद ईंधन आयात करने की तैयारी में है। दूसरे देशों के संपर्क से ईंधन खरीदने की बातचीत चल रही है। हालांकि भारतीय पेट्रोलियम और प्राकृतिक गैस मंत्री हरदीप सिंह पुरी का कहना है, 'भारतीय सरकारी या प्राइवेट कंपनियां सीधे रूस को ईंधन नहीं बेच रही हैं। हो सकता है कि रूस अंतरराष्ट्रीय व्यापारियों के जरिए भारतीय मूल का ईंधन खरीद रहा हो।' दरअसल, सीधे व्यापार के बजाय अंतरराष्ट्रीय व्यापारियों के जरिए भी तेल खरीदने का एक विकल्प होता है। ये व्यापारी कई देशों की तेल कंपनियों से तेल खरीदकर उसका पेमेंट करते हैं।

को तेल की जरूरत पड़ती है, तो ये व्यापारी उसे तेल के टैंकर बेच देते हैं। तेल की जरूरत पूरी करने के लिए रूस और क्या कर रहा है? जवाबः रूस 2 मुख्य तरीके अपना रहा है- 1. दूसरे देशों से खरीदः-रॉयटर्स के मुताबिक, रूस हर महीने दुनिया भर के कई देशों से करीब 4 लाख टन पेट्रोल खरीद रहा है। रूस के उप-प्रधानमंत्री अलेक्जेंडर नोवाक के मुताबिक, पड़ोसी देश बेलारूस बेलारूस से हर महीने 1 से 1.5 लाख मीट्रिक टन पेट्रोल आ रहा है। मई के पहले 15 दिन में बेलारूस से 70 हजार टन तेल खरीदा गया था, जो पहले से 3 गुना ज्यादा है। कजाकिस्तान से भी जुलाई-अगस्त के लिए 50 हजार टन तेल का करार हुआ है। जापान से 2 लाख बैरल जेट फ्यूल रूस पहुंचने वाला है। 2. पेट्रोल एक्सपोर्ट और बिक्री पर पाबंदी-रूस ने नवंबर 2025 में जहाजों में इस्तेमाल होने वाले जेट फ्यूल के एक्सपोर्ट पर पाबंदियां बढ़ानी शुरू कीं। कमोडिटी एनालिटिक्स फर्म केप्लर के मुताबिक, रूस 2025 में रोजाना 30 हजार बैरल के मुकाबले, इस साल सिर्फ 13 हजार बैरल जेट फ्यूल निर्यात कर रहा है। 1 अप्रैल से 31 जुलाई तक पेट्रोल एक्सपोर्ट पर बैन लगाया गया है। कई इलाकों में आम लोगों के लिए भी पेट्रोल की खरीद पर पाबंदियां हैं। एक गाड़ी 20-30 लीटर से ज्यादा पेट्रोल नहीं भरवा सकती। अलग से कैन में पेट्रोल ले जाने पर मनाही है। राष्ट्रपति पुतिन ने कहा है कि वे डीजल निर्यात पर भी रोक लगाने के बारे में सोच रहे हैं। कम क्षमता वाले फ्यूल की बिक्री की भी छूट दी गई है, जिससे रिफाइनरी में पड़ा फ्यूल बर्बाद न हो। रूसी राष्ट्रपति पुतिन ने कहा है, 'रिफाइनरी पर हमलों से ईंधन की कमी तो हुई है, लेकिन यह गंभीर नहीं है। पेट्रोल भंडार में पिछले साल के मुकाबले सिर्फ 4फीसदी की कमी आई है।' सवाल-4ः रूस तेल की कमी से कब तक निपट पाएगा? जवाबः ग्लोबल बिजनेस कंसल्टेंसी फर्म मैक्रो-एडवाइजरी लिमिटेड के सीईओ

लॉजिस्टिक्स कई हफ्ते लग सकते हैं। ये एक बड़ा लॉजिस्टिक्स ऑपरेशन है।' जिन रूसी रिफाइनरीज को यूक्रेनी हमलों में नुकसान पहुंचा है, उनको रिपेयर करना भी मुश्किल है। इनमें कुछ मशीनरी और इक्विपमेंट ऐसी हैं, जिसे विदेशों से इम्पोर्ट किया जाता है, लेकिन रूस पर विदेशी व्यापार को लेकर कई तरह के बैन लगे हैं। वेफर के मुताबिक, मॉस्को रिफाइनरी की मरम्मत में कम से कम 3 महीने लग जाएंगे। इसी से मॉस्को और आसपास के इलाके में जरूरत के 40% फ्यूल की सप्लाई होती है। वहीं ऑयल मार्केट एनालिस्ट गैरी पीच कहते हैं कि मरम्मत के बावजूद रिफाइनरीज पूरी क्षमता से काम नहीं कर पा रही हैं। इनमें इतना ज्यादा नुकसान हुआ है कि गर्मियों के दौरान, यानी अगस्त तक रिफाइनिंग दोबारा पूरी तरह शुरू नहीं हो पाएगी। पीच के मुताबिक, जब तक यूक्रेन-रूस सीजफायर या कोई समझौता नहीं हो पाए, तब तक कई रिफाइनरीज की मरम्मत करने से कोई फायदा नहीं है, क्योंकि इन पर दोबारा हमला कर दिया जाएगा। वेफर कहते हैं कि अगर ऑयल इन्फ्रास्ट्रक्चर को और नुकसान न पहुंचे, तो भी सितंबर तक फ्यूल की कमी बनी रहेगी, क्योंकि इसी दौरान खेती के लिए सबसे ज्यादा तेल की जरूरत होती है। सवाल-5ः आखिर रूस यूक्रेन के हमलों का सामना क्यों नहीं कर पा रहा? जवाबः यूक्रेन और रूस के बीच जंग का पांचवां साल चल रहा है। यूक्रेन, रूसी रिफाइनरीज पर ज्यादातर ड्रोन अटैक ही करता है। 3 बड़ी वजहों से रूस इन्हें रोक नहीं पा रहा-1. यूक्रेन के लॉन्ग-रेंज ड्रोन ट्रैक करना मुश्किलः-यूक्रेनी कंपनी फायर पॉइंट के एफपी-1 ड्रोन की रेंज 1900 से ज्यादा किमी है। मॉस्को और साइबेरिया की ट्यूमेन रिफाइनरी तक इन्हीं ड्रोन से डीप-स्ट्राइक हुई। यूक्रेन के पास मोरोक, बार्स जैसे लॉन्ग रेंज अटैक ड्रोन भी हैं। फोर्ब्स मैगजीन के मुताबिक,

कंपनियों की मदद से एआई का इस्तेमाल कर रहा है। ये रूसी रडार और एयर डिफेंस की कमजोरियों को भांपकर बेहतर फ्लाइट रूट तय करते हैं। 2. सैकड़ों सस्ते ड्रोन रोकना महंगाः-रूस के पास तेज स्पीड और ज्यादा ऊंचाई पर उड़ने वाले फाइटर जेट्स, बैलिस्टिक मिसाइल्स वगैरह को रोकने के लिए एस-300, एस-400 और एस-500 जैसे एयर डिफेंस सिस्टम हैं। जबकि यूक्रेनी ड्रोन सिर्फ 150 किमी प्रति घंटा की रफ्तार से जमीन से महज 50 मीटर ऊपर तक उड़ सकते हैं। इन करीबी टारगेट्स को खत्म करने में रूसी एयर डिफेंस चकमा खा जाता है। थिंक टैंक 'इंस्टीट्यूट फॉर द स्टडी ऑफ वॉर', आईएसडब्लू के मुताबिक, ये ड्रोन रूसी एयर डिफेंस पर ही हमला करके उसके वार्निंग सिस्टम को कमजोर कर देते हैं। एफपी-1 सीरीज के ड्रोनकी कीमत 55,000 डॉलर है। यूक्रेन ने इस साल अप्रैल तक ही करीब तीन गुना ज्यादा ड्रोन बनाए हैं।झुंड में हमला करने वाले इन सस्ते ड्रोन को मार गिराने के लिए रूस Tor, Pantsir या एस-400 एयर डिफेंस सिस्टम की इंटरसेप्टर मिसाइल्स दागता है, जिनकी कीमत कई लाख डॉलर होती है। पश्चिमी देशों के प्रतिबंधों के चलते रूस नए इलेक्ट्रॉनिक इक्विपमेंट नहीं इम्पोर्ट कर पा रहा, जो नए एंटी ड्रोन सिस्टम बनाने के लिए जरूरी हैं। 3. रूस का बड़ा इलाका ही उसका दुश्मन-एक दिक्कत रूस का बड़ा इलाका भी है। यूक्रेन उसकी इस मजबूती को कमजोरी साबित कर रहा है। थिंक टैंक अटलांटिक काउंसिल के मुताबिक, हर इलाके में रिफाइनरी, डिपो और एयरफील्ड को डिफेंड करने के लिए रूस के पास पर्याप्त लॉन्चर नहीं हैं। दुनिया का सबसे ज्यादा क्षेत्रफल वाला देश रूस 1.7 लाख किमी इलाके में है। ये पृथ्वी के कुल जमीनी इलाके के 11फीसदी से भी ज्यादा है।पुतिन ने कहा है, 'हमने अपना एयर डिफेंस सिस्टम मजबूत कर लिया है और रिफाइनरियों की मरम्मत पर भी जल्द काम होगा।'

पीएम मोदी इन इंडोनेशिया- सबसे बड़े हिंदू मंदिर जाएंगे,राष्ट्रपति सुबियांतो से रु2,500 करोड़ की ब्रह्मोस डील पर करार संभव

जकार्ता।यह दुनिया की सबसे तेज ऑपरेशनल सुपरसोनिक क्रूज भारत और इंडोनेशिया ने 2018 में प्रधानमंत्री मोदी की जकार्ता यात्रा हिंद महासागर क्षेत्र में भारत की समुद्री पहुंच और निगरानी क्षमता प्रम्बानन परिसर में कुल 240 मंदिर हैं। इनमें सबसे ऊंचा और प्रमुख

मिसाइलों में गिनी जाती है। इंडोनेशिया का साबंग पोर्ट भारत के लिए अहमः-इंडोनेशिया का साबंग पोर्ट अंडमान और निकोबार द्वीप समूह के बेहद करीब स्थित है। यह मलक्का स्ट्रेट के प्रवेश द्वार के पास होने के कारण रणनीतिक रूप से जरूरी माना जाता है। दुनिया के बड़े हिस्से का समुद्री व्यापार इसी मार्ग से गुजरता है। के दौरान साबंग पोर्ट और आसपास समुद्री सहयोग बढ़ाने पर सहमति जताई थी। इसके तहत पोर्ट के विकास, समुद्री संपर्क, लॉजिस्टिक सहयोग और समुद्री सुरक्षा को मजबूत करने पर जोर दिया गया। साबंग पोर्ट भारतीय नौसैनिक जहाजों के लिए ईंधन, मरम्मत और लॉजिस्टिक सहायता उपलब्ध कराने की क्षमता रखता है। इससे मजबूत हो सकती है। इंडोनेशिया का सबसे बड़ा मंदिर भगवान शिव, विष्णु, ब्रह्मा को समर्पितः-राजधानी जकार्ता से करीब 400 किमी दूर मध्य जावा प्रांत में स्थित प्रम्बानन मंदिर भगवान शिव, विष्णु और ब्रह्मा को समर्पित हैं।

यह भारत और इंडोनेशिया के साझा सांस्कृतिक संबंधों का महत्वपूर्ण प्रतीक भी माना जाता है। मंदिर भगवान शिव को समर्पित है, जिसकी ऊंचाई करीब 47 मीटर (154 फीट) है। इंडोनेशिया दुनिया का सबसे अधिक मुस्लिम आबादी वाला देश है, लेकिन उसकी सांस्कृतिक विरासत पर हिंदू-बौद्ध सभ्यता की गहरी छाप आज भी दिखाई देती है। प्रम्बानन मंदिर उसी साझा विरासत का प्रमुख प्रतीक माना जाता है।

जालंधर की लेडी अफसर ने जेल में बनाए प्रेम संबंध,कनाडा में पंजाबी कैदी से मिलती, उसके पैसो से होते थे शौक पूरे

जालंधर। नंबर प्लेट से हत्या की साजिश तक में शामिलः-यॉर्क रीजनल पुलिस के मुताबिक जून 2025 में एक वरिष्ठ करेक्शनल अधिकारी की हत्या की साजिश रची गई। अधिकारी के घर पर मुंह ढके हमलावर ने हमला करने की कोशिश भी की। आईटीओ में आरोप है कि गुरप्रीत ने जेल के बाहर मौजूद सहयोगियों के जरिए पूरी योजना बनाई, जबकि निशवंत ने कथित तौर पर 'इंटरनल फैसिलिटेटर' की भूमिका निभाई। पुलिस का दावा है कि उन्होंने वरिष्ठ अधिकारी की कार की नंबर प्लेट की फोटो लेकर गुरप्रीत तक पहुंचाई। बाद में इसी जानकारी के आधार पर वाहन का रिकॉर्ड निकाला गया और अधिकारी के घर की पहचान की गई। जांच एजेंसियों का कहना है कि इसी घटना के बाद प्रोजेक्ट साउथ जांच का दायरा बढ़ा। निशवंत की नाराजगी का बदला लियाः-इस मामले में सार्वजनिक किए गए अदालत दस्तावेजों में यह स्पष्ट नहीं किया गया कि गुरप्रीत सिंह की वरिष्ठ जेल अधिकारी से क्या रंजिश थी। हालांकि पुलिस का दावा है कि निशवंत दोसांझ की उस अधिकारी से नाराजगी थी और उसी के बाद कथित साजिश रची गई। जांच में और भी कई नामः-563 पन्नों के आईटीओ में निशवंत और गुरप्रीत के अलावा कई पुलिस अधिकारियों और सिविलियन के नाम भी जांच के दायरे में होने का उल्लेख है। एजेंसियां इनके बीच कथित संपर्क और सहयोग की भी जांच कर रही हैं। जांच रिपोर्ट में यह भी कहा गया है कि टोरंटो साउथ डिटेंशन सेंटर में पहले भी कंट्राबैंड और भ्रष्टाचार के मामले सामने आ चुके हैं। इसी वजह से जेल पहले से जांच एजेंसियों की निगरानी में थी। दोनों पक्षों का क्या कहना हैः-निशवंत के वकील बोले-जांच में सहयोग कियाः निशवंत फरवरी से पेड लीव पर है। उसकी वकील किम स्कोफील्ड ने कहा कि उनकी क्लाइंट ने जांच में सहयोग किया और फोन सर्च के लिए अनलिमिटेड एक्सेस दिया। उन्होंने किसी भी क्रिमिनल या प्रोफेशनल मिसकंडक्ट से इनकार किया और कहा कि वह बेगुनाह है। गुरप्रीत के वकील बोले- अभी आरोप तय नहीं हुएः इस मामले में गुरप्रीत सिंह के वकील ब्रायन ग्रीनस्पैन ने कहा कि 4 महीने बाद भी कोई चार्ज नहीं लगा। यह घटना जेल सुरक्षा और स्टाफ-इनमेट रिलेशनशिप की है। टोरंटो साउथ डिटेंशन सेंटर में पहले भी कंट्राबैंड और भ्रष्टाचार की शिकायतें आई हैं, ये पहला मामला नहीं है।

'हमारे पास भारत है', नेतन्याहू ने जेडी वेंस को क्यों दिया ऐसा जवाब,भारत-इजराइल पार्टनरशिप की कहानी

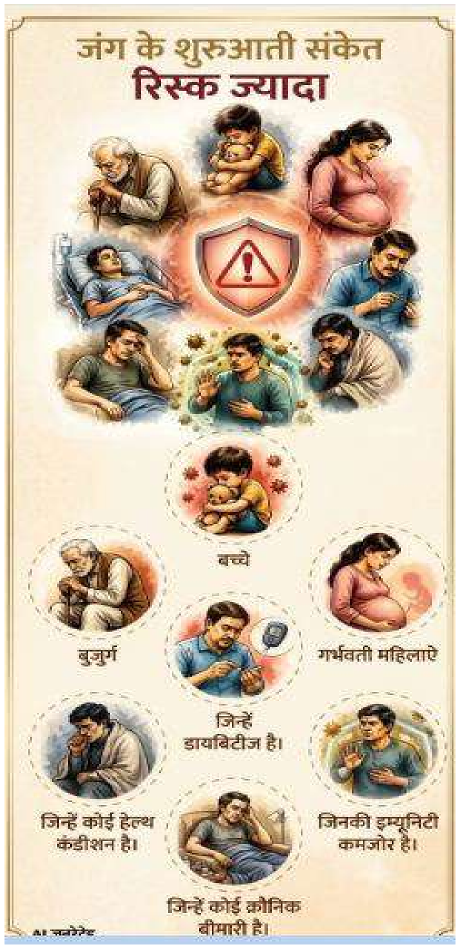
तेल अवीव। 5 जुलाई को इजराइली पीएम बेंजामिन नेतन्याहू ने कहा- अमेरिका ही नहीं, बल्कि हमारे कुछ और दोस्त भी हैं। जैसे- 1.4 अरब आबादी वाला भारत। नेतन्याहू का ये बयान अमेरिकी उपराष्ट्रपति जेडी वेंस को जवाब था। वेंस ने पिछले महीने कहा था कि ट्रम्प दुनिया के इकलौते ताकतवर देश के नेता हैं, जो इजराइल से सहानुभूति रखते हैं। भारत-इजराइल में औपचारिक राजनयिक संबंध 1992 में बने, लेकिन उससे काफी पहले से इजराइल मुसीबत में भारत की गुपचुप तरीके से मदद करने लगा था.1962ः जब इजराइली झंडे लगे जहाज हथियार लेकर भारत पहुंचेः-20 अक्टूबर 1962 को चीन ने भारत पर हमला कर दिया। इजराइली दस्तावेजों के मुताबिक, 27 अक्टूबर 1962 को पीएम जवाहरलाल नेहरू ने इजराइली पीएम डेविड बेन गुरियन को चिट्ठी लिखकर हथियारों की मदद मांगी। 2 नवंबर को गुरियन ने जवाब दिया, 'मैं आपसे सहमत हूं। सभी देशों को संप्रभुता की गारंटी देनी चाहिए। आपकी सीमाओं पर तनाव कम करने के लिए हर संभव कोशिश का समर्थन करना चाहिए।' 18 नवंबर, 1962 को नेहरू ने गुरियन को एक और चिट्ठी में लिखा, 'सीमाई इलाकों में हम आज जिस गंभीर स्थिति का सामना कर रहे हैं। उसकी चिंता करने के लिए हम आपके आभारी हैं। हमने किसी की एक इंच भी जमीन पर दावा नहीं किया है। लेकिन हम अपनी जमीन पर हमले का विरोध करने के लिए मजबूर हैं।' दस्तावेजों में शामिल एक नोट से पता चला कि भारत को जंग के दौरान इजराइल से हथियार और गोला-बारूद मिले थे। हालांकि अरब देश न नाराज हों, इसलिए भारत ने इजराइल से बिना झंडे वाले जहाजों में हथियार भेजने को कहा था, लेकिन हथियार इजराइली झंडे वाले जहाजों में भारत पहुंचाए गए।1965 और

1971ः पाकिस्तान के खिलाफ मोर्टारों की खेप भेजी-थिंक टैंक ऑब्जर्वर रिसर्च फाउंडेशन की रिपोर्ट के मुताबिक, 1965 की भारत-पाकिस्तान जंग के दौरान इजराइल ने एम-58 नाम के 160एमएम के मोर्टार और गोला-बारूद दिए थे। इसे गोपनीय तरीके से पोलैंड के मूल के इजराइली व्यापारी श्लोमो जब्लुडोविच की कंपनी ने अंजाम दिया। 1971 में भारत जब बांग्लादेश की आजादी की लड़ाई में शामिल हुआ, तब उसे दोबारा भारी मोर्टारों की जरूरत पड़ी। जंग में अमेरिका का झुकाव पाकिस्तान की तरफ था। इजराइल खुलेआम मदद करता, तो अमेरिका नाराज हो सकता था। नेहरू मेमोरियल म्यूजियम में रखे दस्तावेजों के मुताबिक, 3 अगस्त 1971 को श्लोमो दिल्ली में भारतीय उच्चायुक्त प्रकाश कौल से मिले और हथियारों की आपूर्ति बढ़ाने का वादा किया। श्लोमो ने इजराइली सरकार से बात की और सितंबर में ईरान के लिए बने भारी मोर्टारों की खेप को भारत भेज दी। 1999ः कारगिल में इजराइली तकनीक से उड़ाए पाकिस्तानी बंकरः-मई 1999 के आखिर तक भारतीय सेना को जंग में भारी नुकसान उठाना पड़ा था। बोफोर्स तोपें और मौजूदा हथियार कम पड़ रहे थे। लेजर-गाइडेड बम के अलावा सटीक लोकेशन बताने वाला नेविगेशन सिस्टम चाहिए था। उस समय अमेरिका के पास सैटेलाइट-आधारित जीपीएस तकनीक थी। अमेरिका ने एक साल पहले, यानी 1998 में भारत के पोखरण न्यूक्लियर टेस्ट के चलते उसे हथियार देने से मना कर दिया। अमेरिका सहित जापान और कनाडा जैसे देशों ने भी बैन लगाए। वहीं इजराइल न सिर्फ भारत का विरोध करने से बचा, बल्कि उसने भारत की सैन्य मदद भी की। नीदरलैंड्स के फॉरेन एक्सपर्ट निकोलस ब्लारेल अपनी किताब 'द इवॉल्यूशन ऑफ इंडियाज इजराइल पॉलिसी' में लिखते हैं, 'इजराइल ने भारतीय वायुसेना के मिराज 2000 विमानों के लिए लेजर डेजिग्नेटर पॉड और लेजर-गाइडेड बम दिए। ये पॉड एक अदृश्य लेजर बीम छोड़ते हैं, जिसका पीछा करते हुए सटीक निशाने पर बम गिराया जा सकता है।' ऐसे सर्चर और ड्रोन दिए, जो ऊंचाई पर दुश्मन के बंकरों की रियल टाइम तस्वीरें खींच सटीक लोकेशन का पता लगा लेते थे। कारगिल इलाके की सैटेलाइट तस्वीरें दीं, जिनसे टाइगर हिल और पॉइंट 4875 जैसे स्ट्रैटेजिक लोकेशंस पर वापस कब्जा करने में मदद मिली। भारत को मोर्टार और गोला-बारूद की खेपें भी भेजीं। इजराइल को 14 मई 1948 को आजादी मिली। संयुक्त राष्ट्र में इजराइल और फिलिस्तीन को बांटकर दो देश बनाने का प्रस्ताव पेश हुआ, तो भारत ने इसके खिलाफ वोट किया था। हालांकि, अगले ही साल 17 सितंबर, 1950 को भारत ने आधिकारिक रूप से इजराइल को एक संप्रभु राष्ट्र के बतौर मान्यता दी। 'इंडिया इजराइल पॉलिसी' नाम की किताब लिखने वाले भारत के फॉरेन एक्सपर्ट पी.आर. कुमारस्वामी कहते हैं कि भारत और इजराइल के बीच 1950 से 1992 तक बिना रिश्तों के मान्यता वाला संबंध रहा।' 1971 की जंग में इजराइल ने विदेशी मंचों पर भी भारत का समर्थन किया और पाकिस्तानी सेना के पूर्वी पाकिस्तान (आज का बांग्लादेश) में नरसंहार की आलोचना की थी। इजराइली पीएम गोल्डा मीर चाहती थीं कि इसके बदले इंदिरा गांधी इजराइल को पूर्ण राजनयिक मान्यता दें और औपचारिक राजनयिक संबंध कायम हों। हालांकि तब भारत ने मान्यता नहीं दी। उलटा 1988 में जब फिलिस्तीन देश की घोषणा हुई, तो भारत इसे मान्यता देने वाला पहला गैर-अरब देश था। हालांकि 4 साल बाद स्थिति तब बदलनी शुरू हुई, जब पीएम नरसिम्हा राव ने इजराइल से राजनयिक संबंध बनाए और दोनों देशों में पहली बार दूतावास खोले गए। पीएम मोदी के सत्ता में आने के बाद भारत-इजराइल रिश्तों का एक नया दौर शुरू हुआ। 2015 में इतिहास में पहली बार संयुक्त राष्ट्र मानवाधिकार आयोग में भारत ने फिलिस्तीन में इजराइली हमलों की निंदा करने वाले एक प्रस्ताव पर वोटिंग से परहेज किया। जबकि इसे 45 देशों ने पारित किया था।

किचन में जंग लगा चाकू तुरंत फेंकें, कंटेमिनेशन का रिस्क, एफएसएसएआई की चेतावनी, 6 संकेत दिखें तो चाकू बदलें

नयी दिल्ली। आपके किचन में रखा चाकू अगर जंग खा गया है तो उसे तुरंत हटाएं। जंग लगा

या टूटा-फूटा चाकू फूड कंटैमिनेशन की वजह बन सकता है। अगर चाकू पर जंग लगी हो, उसका ब्लेड टूटा हो, किनारे खुरदरे हों या उस पर पेंट और गंदगी की परत जमी हो, तो उसके कण खाने में मिल सकते हैं। जंग के कण, बैक्टीरिया और धातु के सूक्ष्म टुकड़ों के खाने में मिलने से हेल्थ रिस्क हो सकता है। इसे लेकर भारतीय खाद्य सुरक्षा एवं मानक प्राधिकरण (एफएसएसएआई) ने देशभर के फूड बिजनेस ऑपरेटर्स (एफबीओएस) के लिए एडवाइजरी जारी की है। उन्हें जंग लगे, क्षतिग्रस्त और गैर-फूड ग्रेड चाकू व कटिंग उपकरणों का इस्तेमाल तुरंत बंद करने की सलाह दी है। हालांकि यह एडवाइजरी फूड बिजनेस ऑपरेटर्स के लिए है, लेकिन इससे हर घर के किचन के लिए भी एक जरूरी सीख मिलती है। इसलिए आज 'जरूरत की खबर' में एफएसएसएआई के चाकू के बारे में दिए निर्देश पर बात करेंगे। साथ ही जानेंगे कि- जंग लगा चाकू फूड कंटैमिनेशन का खतरा कैसे बढ़ाता है? इससे क्या हेल्थ रिस्क हो सकते हैं? घर में फूड सेफ्टी के लिए किन बातों का ध्यान रखें? सवाल- एफएसएसएआई ने जंग लगे चाकुओं पर रोक क्यों लगाई है? जवाब- सुरक्षित फूड स्टैंडर्ड बनाए रखने के लिए यह कदम उठाया गया है क्योंकि जंग लगे चाकू से-फूड सेफ्टी और हाइजीन प्रभावित होती है। खाने में जंग और मेटल के कण मिल सकते हैं। भोजन दूषित हो सकता है।भोजन में बैक्टीरिया पनप सकते हैं। सेहत को नुकसान हो सकता है। सवाल- किस तरह के चाकुओं और उपकरणों पर एफएसएसएआई ने चिंता जताई है? जवाब- एफएसएसएआई के मुताबिक, कई फूड बिजनेस ऑपरेटर्स ऐसे चाकू और कटिंग उपकरण इस्तेमाल कर रहे थे, जो भोजन को दूषित कर सकते हैं। ग्राफिक में देखिए, किन उपकरणों के इस्तेमाल से बचने की सलाह दी गई है। एफएसएसएआई की सलाह ऐसे उपकरण यूज न करें:-जंग लगे उपकरण, क्षतिग्रस्त उपकरण, टूटे किनारों वाले ब्लेड, दरार वाले उपकरण, पेंट लगे उपकरण, टूटे-फूटे कटिंग उपकरण। सवाल- जंग लगे चाकू से कटा खाना क्यों खतरनाक है? जवाब- इसे पॉइंटर्स से समझिए- फूड कंटैमिनेशनः जंग और मेटल के सूक्ष्म कण खाने में मिल सकते हैं। बैक्टीरियल ग्रोथः जंग लगी और खुरदरी सतह पर बैक्टीरिया आसानी से पनप सकते हैं। क्रॉस-कंटैमिनेशनः अगर चाकू ठीक से साफ न हो तो एक फूड के जर्म्स दूसरे में पहुंच सकते हैं। फिजिकल कंटैमिनेशनः चाकू के टूटे या चिप्ड हिस्सों के छोटे कण खाने में मिल सकते हैं। इन्हीं कारणों से एफएसएसएआई ने फिजिकल, केमिकल और माइक्रोबायलॉजिकल कंटैमिनेशन की आशंका जताई है। जंग लगा चाकू यूज करने से खाने में रस्ट पार्टिकल्स, बैक्टीरिया और दूसरे दूषित तत्व मिल सकते हैं। इससे फूड कंटैमिनेशन, पेट संबंधी संक्रमण, उल्टी-दस्त और फूड पॉइजनिंग का रिस्क बढ़ता है। इसलिए हमेशा साफ और जंग मुक्त चाकू ही यूज करें। - फूड कंटैमिनेशन बढ़ने पर कई तरह की हेल्थ प्रॉब्लम्स हो सकती हैं। फूड पॉइजनिंग, पेट दर्द, उल्टी, दस्त, डाइजेस्टिव इश्यू गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल इन्फेक्शन, बैक्टीरियल संक्रमण, किन लोगों को रिस्क ज्यादा? बच्चे, बुजुर्ग, जिन्हें डायबिटीज है। जिन्हें कोई हेल्थ कंडीशन है। जिन्हें कोई क्रॉनिक बीमारी है। गर्भवती महिलाएं, जिनकी इम्यूनिटी कमजोर है। सवाल- चाकू पर जंग क्यों लगती है? जवाब- इसके कई कारण हैं। जैसे- चाकू पर नमी रहना, चाकू पर पानी



की बूंदें रह जाती हैं। इससे ब्लेड पर जंग बनने लगती है। चाकू का हवा के संपर्क में रहना, हवा में मौजूद ऑक्सीजन ब्लेड से रिएक्शन करती है। इससे जंग की परत बनती है। नमक वाली चीजें काटना। नमक ब्लेड पर केमिकल रिएक्शन बढ़ाता है। इससे जंग जल्दी लग सकती है। नींबू-टमाटर जैसी चीजें काटना इनके एसिड ब्लेड की सतह को प्रभावित करते हैं। इससे जंग लगने का रिस्क बढ़ता है। चाकू को ठीक से साफ न करना। ब्लेड पर भोजन के कण और नमी रह जाती है। इससे जंग लगने की संभावना बढ़ती है। ब्लेड पर खरोंच या घिसाव होना। ब्लेड की सेफ्टी लेयर कमजोर हो जाती है। इससे जंग जल्दी लग सकती है। चाकू को गलत तरीके से स्टोर करना। गीली या नम जगह पर रखने से जल्दी जंग लगती है। सवाल- घर में इस्तेमाल होने वाले चाकू कब बदलने चाहिए? जवाब- कुछ संकेत बताते हैं कि अब चाकू बदलने का समय आ गया है। सवाल- जंग लगे चाकू से कौन-से फूड आइटम्स ज्यादा प्रभावित होते हैं? जवाब- ये फूड आइटम्स ज्यादा प्रभावित हो सकते हैं-1. फल और सब्जियां। जैसे- सेब, तरबूज, खीरा, टमाटर, सलाद पत्ते आदि। 2. मीट, मछली और चिकन इन फूड आइटम्स में नमी और प्रोटीन ज्यादा होता है, जिससे बैक्टीरिया तेजी से बढ़ सकते हैं। 3. खट्टे फल और एसिडिक फूड्स-जैसे- नींबू, संतरा, अनानास, टमाटर आदि। इनमें मौजूद एसिड जंग लगी सतह के साथ रिएक्शन कर सकता है। 4. रेडी टू ईट फूड- जैसे- सैंडविच, केक, फ्रूट चाट, सलाद, ब्रेड आदि क्योंकि इन्हें बाद में पकाया नहीं जाता। 5. अधिक नमी वाले फूड

जैसे- पनीर, टोफू, उबली सब्जियां और कटे हुए फल। सवाल- क्या जंग को घिसकर हटाने के बाद चाकू सुरक्षित हो जाता है? जवाब- पॉइंटर्स में समझिए-यह इस बात पर निर्भर करता है कि जंग कितनी गहरी है। अगर चाकू पर सिर्फ सतही जंग है और उसे हटाकर चाकू को अच्छे से सैनिटाइज कर दिया गया है, तो ठीक है। अगर जंग के कारण सतह खुरदरी हो गई है या ब्लेड में गड्ढे बन गए हैं तो चाकू को बदल देना चाहिए। जंग हटाने के बाद भी ब्लेड पर सूक्ष्म दरारें, खांचे या खुरदुरापन रह सकता है। ये जगहें बैक्टीरिया और गंदगी के छिपने के लिए अनुकूल होती हैं। सवाल- क्या स्टेनलेस स्टील के चाकू में भी जंग लग सकती है? जवाब- हां, कुछ कंडीशंस में ऐसा हो सकता है। जैसेकि- चाकू को लंबे समय तक गीला छोड़ देना। लंबे समय तक नमक, नींबू, सिरका या अन्य एसिडिक सब्सटेंस के संपर्क में रखना। धोने के बाद ठीक से न सुखाना। सतह पर खरोंच होना। स्टेनलेस स्टील की क्वालिटी खराब होना। सवाल- चाकू पर जंग लगने के शुरुआती संकेत क्या हैं? जवाब- जंग लगने से पहले ही कुछ ऐसे संकेत दिखने लगते हैं, जिन्हें पहचानकर चाकू को खराब होने से बचाया जा सकता है। सवाल- लोग घर में फूड सेफ्टी कैसे सुनिश्चित करें? जवाब- इसके लिए कुछ बातों का ध्यान रखना जरूरी है। जैसे- खाना बनाने से पहले साबुन से हाथ धोएं। साफ और सूखे बर्तनों का इस्तेमाल करें। जंग लगे या टूटे उपकरण इस्तेमाल न करें। फल-सब्जियां अच्छी तरह धोएं। कच्चे और पके भोजन को अलग रखें। भोजन को सही टेम्परेचर पर स्टोर करें। फूड की एक्सपायरी डेट जरूर चेक करें। रसोई और कटिंग बोर्ड की नियमित सफाई करें। बचा हुआ भोजन तुरंत फ्रिज में रखें।

रणवीर सिंह हुए 41 के, काम मांगने पर प्रोड्यूसर ने कुत्ता छोड़ा,कभी अमेरिका में वेटर भी हुआ करते थे, आज हैं भारत के सबसे महंगे एक्टर

मुंबई। जब रणवीर सिंह ने एक्टिंग की दुनिया में कदम रखा,

रणवीर सिंह ने 2021 की फिल्म '83' में पूर्व कप्तान कपिल देव की भूमिका निभाई थी।

तो उसे शुरुआत में कई रिजेक्शन झेलने पड़े। कास्टिंग काउच जैसे कड़वे अनुभवों का भी सामना करना पड़ा। यहां तक कि एक दिन जब वह काम की तलाश में अपना पोर्टफोलियो लेकर एक प्रोड्यूसर के घर पहुंचा, तो प्रोड्यूसर ने उसके पीछे कुत्ता छोड़ दिया। वही लड़का आज बॉलीवुड के सबसे बड़े सुपरस्टार्स में से एक है। उसने अपने करियर में 'धुरंधर', 'धुरंधर 2', 'पद्मावत' और 'बाजीराव मस्तानी' जैसी कई सुपरहिट फिल्में दीं। जी हां, हम बात कर रहे हैं रणवीर सिंह की और आज उनके बर्थडे के खास मौके पर आइए, उनकी जिंदगी को करीब से जानते हैं किस्सा-1-क्रिकेटर बनना चाहते थे; अमरनाथ ने कर दिया था रिजेक्ट-सातवीं क्लास में रणवीर ने एक स्कूल मैच में सिर्फ 46 गेंदों पर 71 रन बना दिए। इस शानदार पारी के बाद उन्होंने क्रिकेटर बनने का फैसला किया। अपने दोस्तों के साथ उन्होंने पूर्व भारतीय क्रिकेटर मोहिंदर अमरनाथ की क्रिकेट अकादमी में ट्रायल देने का मन बनाया। रणवीर ने साल 2017 में फिल्म '83' के एक इवेंट में यह किस्सा सुनाया था। उन्होंने कहा, 'मेरे दोस्त क्रिकेट को लेकर काफी सीरियस थे और समय पर पहुंच गए, लेकिन मैं देर से पहुंचा। अमरनाथ सर पिच के पास खड़े

थे। उन्होंने मुझे देर से आने और मेरा खेल देखने के बाद रिजेक्ट कर दिया। उस दिन उन्होंने मुझे रिजेक्ट करके बिल्कुल सही फैसला किया, वरना आज मैं यहां एक एक्टर के रूप में नहीं बैठा होता।'किस्सा-2-दादी ने एक्टर बनने का सपना दिखाया था:-रणवीर की दादी चांद बर्क 1950 और 1960 के दशक की मशहूर एक्ट्रेस थीं। उन्होंने राज कपूर की फिल्म 'बूट पॉलिश' से हिंदी सिनेमा में अपनी पहचान बनाई और नरगिस, राज कपूर समेत कई बड़े सितारों के साथ काम किया। वह 'बसंत बहार', 'सोहनी महिवाल', 'लाजवंती', 'अदालत' और 'दुश्मन' जैसी फिल्मों में भी नजर आईं। सिमी ग्रेवाल को दिए एक इंटरव्यू में रणवीर ने बताया था कि उनके अंदर एक्टर बनने का कीड़ा सबसे पहले उनकी दादी ने ही डाला था। किस्सा-3-शाहरुख की फिल्म के गाने की वजह से सस्पेंड हुए थे-साल 1998 में फिल्म 'दिल से' रिलीज हुई थी और उसका सुपरहिट गाना 'छैंया-छैंया' हर किसी की जुबान पर था। उस समय रणवीर करीब 13 साल के थे और स्कूल में पढ़ते थे। शाहरुख के जबरदस्त फैन रहे रणवीर पर इस गाने का ऐसा जादू चला कि वह खुद को इसे सुनने से रोक नहीं पाए। एक दिन रणवीर क्लासरूम में चुपके से वॉकमैन पर गाना 'छैंया-छैंया' सुन रहे थे और पूरी तरह गाने में खोए हुए थे, लेकिन उनकी यह हरकत ज्यादा देर तक छिप नहीं सकी और उनकी टीचर ने उन्हें रंगे हाथों पकड़ लिया। क्लास में पढ़ाई के दौरान गाना सुनना स्कूल के नियमों के खिलाफ था। अनुशासन तोड़ने पर स्कूल प्रशासन ने सख्त कदम उठाया और रणवीर को कुछ दिनों के लिए सस्पेंड कर दिया। किस्सा-4-प्रोड्यूसर ने रणवीर के पीछे कुत्ता छोड़ दिया था:- आज रणवीर सिंह सुपरस्टार हैं, लेकिन संघर्ष के दिनों में उन्हें कई कड़वे अनुभवों से भी गुजरना पड़ा। 19वें माराकेश फिल्म फेस्टिवल में उन्होंने एक ऐसा ही किस्सा शेयर किया था। रणवीर ने बताया था कि एक बार वह काम की तलाश में अपना पोर्टफोलियो लेकर एक प्रोड्यूसर से मिलने उनके घर पहुंचे थे। वह बरामदे में बैठकर घंटों इस उम्मीद में इंतजार करते रहे कि शायद उनसे मिलने का मौका मिल जाए, लेकिन अंदर वह अपने दोस्तों के साथ बीयर पी रहे थे और मौज-मस्ती कर रहे थे। रणवीर के मुताबिक, उस व्यक्ति ने मजा करने के लिए अपने पालतू कुत्ते को उनके पीछे छोड़ दिया। अचानक बड़ा सा कुत्ता उनकी तरफ दौड़ पड़ा और वह डर के मारे पूरे बरामदे में भागने लगे। रणवीर ने कहा, 'मैं बुरी तरह डर गया था। सोचिए, एक संघर्ष कर रहे कलाकार के साथ ऐसा मजाक किया गया।' हालांकि, उन्होंने उस प्रोड्यूसर का नाम नहीं बताया था। किस्सा-5-अमेरिका में स्टारबक्स में वेटर का काम किया था:-रणवीर सिंह अमेरिका में पढ़ाई के दौरान पार्ट-टाइम नौकरी करते थे। इंडियाना यूनिवर्सिटी ब्लूमिंगटन में टेलीकम्युनिकेशन की पढ़ाई करते समय उन्होंने अपने खर्च पूरे करने के लिए स्टारबक्स कॉफी हाउस में वेटर और सर्वर का काम किया।रणवीर ने इस बात का खुलासा खुद 'कॉफी विद करण' शो में किया था। उन्होंने बताया कि नौकरी के दौरान वह वहां आने वाली लड़कियों को इम्प्रेस करने की पूरी कोशिश करते थे। इसके लिए उन्होंने अपने बाल लंबे रखे थे। इतना ही नहीं, वह मशहूर एनिमेटेड शो 'द सिम्पसन्स' के किरदार 'अपू' की तरह जानबूझकर भारतीय लहजे में अंग्रेजी बोलते थे, ताकि लोग उन्हें अलग और दिलचस्प समझें। अमेरिका में रहते हुए रणवीर ने एक्स्ट्रा पैसे कमाने के लिए बटर चिकन बेचने का काम भी किया था। किस्सा-6-सगाई को तीन साल तक सीक्रेट रखा:-साल 2015 में रणवीर ने दीपिका पादुकोण को शादी के लिए प्रपोज किया था। उस वक्त दोनों ने अपनी सगाई की बात दुनिया से छिपाकर रखी और करीब तीन साल तक यह राज सिर्फ परिवार के कुछ लोगों तक ही सीमित रहा। करण जौहर के शो में रणवीर ने बताया था कि उस समय उन्होंने अपनी मां और बहन की मदद से एक शानदार डायमंड रिंग खरीदी थी। वह रिंग उनकी हैसियत से कहीं ज्यादा महंगी थी, लेकिन उनके लिए दीपिका की खुशी सबसे बढ़कर थी। हॉलिडे के दौरान रणवीर ने तय किया कि प्रपोज करने का यही सही मौका होगा। मालदीव में समुद्र के बीचों-बीच एक छोटी-सी रेतीली जगह थी।

रणवीर के फिल्मों में डेब्यू से पहले उनकी दादी चांद बर्क का 28 दिसंबर 2008 को निधन हो गया था।

चारों तरफ सिर्फ नीला पानी था और दूर-दूर तक कोई नहीं था। नाव उन्हें वहां छोड़कर चली गई। रणवीर को लगा कि इससे बेहतर पल शायद कभी नहीं मिलेगा। उन्होंने बाद में मजाक में यह भी स्वीकार किया था कि उन्होंने जानबूझकर इतना परफेक्ट माहौल चुना था, ताकि दीपिका के लिए उन्हें 'न' कहना लगभग नामुमकिन हो जाए। रणवीर घुटनों के बल बैठे, दीपिका को अंगूठी पहनाई और अपने दिल की बात कह दी। दीपिका इस सरप्राइज के लिए बिल्कुल तैयार नहीं थीं। उनकी आंखें नम हो गईं और उन्होंने मुस्कुराते हुए 'हां' कह दिया। उस एक जवाब ने रणवीर को ऐसा एहसास कराया, मानो उन्होंने पूरी दुनिया जीत ली हो। तीन साल बाद, नवंबर 2018 में इटली के लेक कोमो में दोनों ने शादी की। सितंबर 2024 में उनकी बेटी दुआ का जन्म हुआ। किस्सा-7-'बेफिक्रे' में रणवीर ने वाणी को 23 बार किस किया था:-फिल्म 'बेफिक्रे' में रणवीर सिंह और वाणी कपूर के बीच कुल 23 किसिंग सीन फिल्माए गए थे। नवंबर 2016 में जब दोनों अपनी फिल्म के प्रमोशन के लिए 'द कपिल शर्मा शो' (एपिसोड 63) में पहुंचे, तब इन 23 किसिंग सीन्स को लेकर शो में खूब हंसी-मजाक हुआ। बातचीत के दौरान रणवीर ने शूटिंग का एक दिलचस्प किस्सा भी सुनाया। उन्होंने कहा था, 'शूटिंग के दौरान मैं तो थक गया था यार, वाणी को किस करते-करते।' रणवीर ने बताया कि लगातार इतने किसिंग सीन शूट करते-करते यह सब उनके लिए रोजमर्रा का हिस्सा बन गया था। कभी दाईं तरफ से शॉट देना होता, कभी बाईं तरफ से, फिर रीटेक... देखते-देखते पूरा प्रोसेस एक रूटीन जैसा हो गया था। वहीं, वाणी ने कहा था कि एक समय ऐसा आ गया था जब उन्हें इन सीन्स से कोई फर्क ही नहीं पड़ता था। दोनों इतने सहज हो गए थे कि कई बार खाना खाने के तुरंत बाद भी बिना किसी खास तैयारी के शूटिंग शुरू कर देते थे। किस्सा-8-'पद्मावत' के एक सीन के लिए रजा मुराद ने 24 थप्पड़ मारे थे:-फिल्म 'पद्मावत' की शूटिंग के दौरान एक सीन में रजा मुराद को रणवीर सिंह को थप्पड़ मारना था। आमतौर पर ऐसे सीन एक-दो टेक में पूरे हो जाते हैं, लेकिन निर्देशक संजय लीला भंसाली अपनी बारीकी और परफेक्शन के लिए जाने जाते हैं। इसलिए इस सीन को बेहतरीन ढंग से फिल्माने के लिए उन्होंने कई रीटेक करवाए। हर रीटेक में रजा मुराद को रणवीर को थप्पड़ मारना पड़ा। नतीजा यह हुआ कि रणवीर ने इस एक सीन के लिए 24 थप्पड़ खाए। आखिरकार सीन तो ओके हो गया, लेकिन रणवीर के गालों की लाली लंबे समय तक नहीं गई। किस्सा-9-'धुरंधर 2' में 48 डिग्री की गर्मी में लेदर जैकेट और विग पहन की थी शूटिंग:-रणवीर की ब्लॉकबस्टर फिल्में 'धुरंधर' और 'धुरंधर 2' ने भारतीय बॉक्स ऑफिस पर इतिहास रच दिया। दोनों फिल्मों ने दुनिया भर में रु3000 करोड़ से ज्यादा की कमाई कर नया रिकॉर्ड बनाया। लेकिन पर्दे पर दिखने वाले इन दमदार दृश्यों के पीछे रणवीर की कड़ी मेहनत और समर्पण छिपा था। 'धुरंधर 2' के क्लाइमेक्स की शूटिंग किसी चुनौती से कम नहीं थी। 47-48 डिग्री की झुलसाती गर्मी, चारों ओर तपते मेटल कंटेनर, भारी पठानी सूट, लेदर जैकेट और सिर पर विग पहनकर रणवीर ने लगातार शूटिंग की। मेकअप और प्रोस्थेटिक आर्टिस्ट करनदीप सिंह ने बताया था कि सिर्फ इस क्लाइमेक्स सीन की तैयारी में, रिहर्सल समेत, 15 से 20 दिन लगे। लुधियाना के बाहरी इलाके में फिल्माए गए इस एक्शन सीक्वेंस में रणवीर को जलते कंटेनरों पर छलांग भी लगानी पड़ी। हालात इतने मुश्किल थे कि पूरी टीम के लिए खाना खाना तक आसान नहीं था। इसके बावजूद रणवीर ने बिना:-किसी शिकायत के हर सीन पूरे डेडिकेशन और भरपूर एनर्जी के साथ पूरा किया। किस्सा-10-'धुरंधर' की सफलता के बाद भारत के सबसे महंगे एक्टर बने-फिल्म 'धुरंधर' की सफलता के बाद रणवीर सिंह सबसे ज्यादा फीस लेने वाले एक्टर बन गए। दरअसल, फिल्म 'धुरंधर' के लिए उन्होंने मेकर्स से फिक्स फीस नहीं मांगी। इसके बजाय उन्होंने कहा कि अगर फिल्म सफल होगी, तो वह उसके मुनाफे में हिस्सेदारी लेंगे। जब 'धुरंधर' और इसकी फ्रेंचाइजी ने रिकॉर्ड कारोबार किया, तो रणवीर को थिएटर कमाई के साथ डिजिटल, सैटेलाइट, म्यूजिक राइट्स और परफॉर्मेंस बोनस से भी बड़ा हिस्सा मिला। हिंदुस्तान टाइम्स की रिपोर्ट के मुताबिक, इन सभी सोर्स से रणवीर की कुल कमाई 325 करोड़ रुपए तक पहुंच गई। इसी के साथ वह भारत के सबसे ज्यादा कमाई करने वाले अभिनेता बन गए। इस मामले में उन्होंने शाहरुख खान, रजनीकांत, प्रभास और अल्लू अर्जुन जैसे बड़े सितारों को भी पीछे छोड़ दिया।

स्वत्वाधिकारी एवं मुद्रक
डॉ. दीपक अरोरा
द्वारा रामा प्रिंटर्स
53/25/1 ए बेली रोड
न्यू कटरा प्रयागराज
(उ.प्र) 211002 से
मुद्रित एवं सी-41यूपी
एसआईडीसी औद्योगिक
क्षेत्र नैनी प्रयागराज।
संपादक/प्रकाशक
डा.पुनीत अरोरा
मो.न.09415608710
RNINO.UPHIN/2015/63398
www.adhuniksamachar.com

नोटः- इस समाचार पत्र में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं सम्पादन हेतु पी0आर0बी0 एक्ट के अन्तर्गत उत्तरदायी तथा इनसे उत्पन्न समस्त विवाद इलाहाबाद न्यायालय के अधीन ही होगा।